सस्ता साहित्य मण्डल

इक्कीसवाँ ग्रन्थ

"आर्य सभ्यता का रहा, सदा यही परिमाण।
जीने में बस ज्योति हो, मरने में निर्वाण॥"

—मैथिलीशरण गुप्त

[२१]

व्यावहारिक सभ्यता

लेखक

गणेशदत्त शर्मा 'इन्द्र'

प्रकाशक

सस्ता साहित्य मण्डल

दिल्ली

प्रथम संस्करण की भूमिका

ऋग्वेद मे लिखा है—

"इला सरस्वती मही तिस्रो देवीर्मयो भुव । बर्हि सीदन्त्वस्रिध. ॥"

अर्थात्—(इला) मातृभाषा (सरस्वती) मातृसभ्यता और (मही) मातृभूमि (तिस्र देवी) ये तीन देविया (मयोभुव) कल्याण करनेवाली है। इसलिए तीनो देविया (बर्हि) अन्त करण मे (अस्रिध) बिना भूले हुए (सीदन्तु) स्थित हो।

तात्पर्य्य यह कि मातृभाषा, मातृसभ्यता और मातृभूमि मे प्रत्येक मनुष्य का अगाध प्रेम होना चाहिए। यह वेद-वचन हमे मातृ-सभ्यता को सदा ध्यान मे रखते हुए कार्य्य करने की आज्ञा देता है। यह मातृ-सभ्यता शब्द यहा बहुत विचार करने योग्य है। क्योकि वेद का उपदेश किसी देश-विशेष के लिए नही है बल्कि सारे ससार के लिए है। इसीलिए वेद ने सभ्यता के साथ मातृ-शब्द लगाकर उसे सीमाबद्ध कर दिया है। इसे हम चाहे तो "देशी सभ्यता" कह सकते है। इससे स्पष्ट है कि प्रत्येक देश की सभ्यता अलग-अलग है और जो जिस देश का रहनेवाले है उसे अपने देश की सभ्यतानुसार अपना जीवन व्यतीत करना चाहिए। यह वेद के उक्त उपदेश का अर्थ है। महात्मा गाधी ने भी इस वेद वाक्य के अनुसार ही इन्दौर नगर मे दिये हुए चैत्र कृष्ण ३ स० १९७४ वै० के अपने व्याख्यान में कहा था—

"मै आप लोगो को यह कहने आया हूँ कि आप अपनी सभ्यता पर

छठी बार २०००
सन १९३५.
मूल्य आठ आना।

पूज्य मालवीयजी की अपील

"'सस्ता साहित्य मण्डल'ने हिन्दी में उच्चकोटि की सस्ती पुस्तकें निकालकर हिन्दी की बड़ी सेवा की है। सर्वसाधारण को इस संस्था की पुस्तकें लेकर इसकी सहायता करनी चाहिए।"

मदनमोहन मालवीय

मुद्रक
हिन्दुस्तान टाइम्स प्रेस
दिल्ली

विश्वास करें और उस पर दृढ़ रहे, ऐसा करने से हिन्दुस्तान सारे संसार पर साम्राज्य कर लेगा। हम ऐसे देश के रहनेवाले हैं जो अभीतक उसी सभ्यता पर निर्भर रह सका है। यूरोप की सभ्यता आसुरी है। अगर हम यूरोप की सभ्यता का अनुकरण करेंगे तो हमारा नाश हो जायगा। मैं इन सूर्यनारायण से (जो उदय हो रहे हैं) प्रार्थना करता हूँ कि भारत अपनी सभ्यता न छोड़े। कृपाकर प्राचीन सभ्यता मत भूल जाइए।"

हमारे राष्ट्र-सूत्रधार महात्मा गांधी हमें उक्त वचनों द्वारा अपनी प्राचीन सभ्यता पर अटल रहने की आज्ञा देते हैं। सृष्टि के आरम्भ में उत्पन्न वेद जो कह रहे हैं वही बात वर्त्तमान काल में महात्मा गांधी भी हमें कह रहे हैं। अर्थात अत्यन्त प्राचीन और अत्यन्त नवीन दोनों बातें एक-सी ही हैं।

कई लोगों का अन्दाज है कि जिस प्रकार विदेशों में परिवर्तन होगा उसी प्रकार चलने से हमारा कल्याण होगा, किन्तु यह भ्रम है। भारतेतर देश इन दिनों अपनी उन्नति के पथ पर अग्रसर हुए हैं, अतएव वहां जितने परिवर्तन न हों, वे ही थोड़े हैं, किन्तु हमारा भारत आज से हजारों वर्ष पूर्व अपने देश की जलवायु के अनुसार उन्नति की पराकाष्ठा कर चुका है। यह काल तो हमारे पतन का है। इसलिए हमें अपनी प्राचीन सभ्यता को ढूंढकर तदनुसार आचरण करना चाहिए। हम लोग विदेशी सत्ता में वर्षों से हैं, इसलिए हमने अपनी सभ्यता को भुलाकर उन्हीं की सभ्यता को अपना लिया है, यह ठीक नहीं है।

हमारा देश एक ऐसा देश है जो अपनी सभ्यता द्वारा ही उन्नति कर सकेगा। अन्य देशों के अनुकरण से हम सभ्य बनने के बजाय असभ्य हो जावेंगे। यूरोप की कई सभ्यतायें नष्ट हो गईं और हो जावेंगी किन्तु

हमारे देश की सभ्यता ज्यो की त्यो इस पतन के समय भी जीवित है। सब विद्वान् एक स्वर से इस बात को स्वीकार करते है कि "भारतवर्ष की जो सभ्यता आज से हजारो वर्ष पहले थी, लगभग वही आज भी है।"

हमारी सभ्यता हमारे ऋषि-मुनियो की घोर तपश्चर्या का सार है। फिर भला वह कैसे नष्ट हो सकती है—और किस प्रकार अनुपयोगी साबित की जा सकती है ? परन्तु यह बात और है। हमें अपनी दृष्टि को एकदम सकुचित भी नही कर लेना चाहिए। जहा कही भी हमे अच्छी बाते दिखाई दें उन्हे हम ग्रहण करे, यही सभ्यता का सबसे पहला और आवश्यक गुण है।

यजुर्वेद कहता है कि—

"भद्र कर्णेभि श्रृणुयाम देवा भद्र पश्येमाक्षभिर्यजत्रा ।
स्थिरैरगैस्तुष्टुवा सस्तनूभिव्यशेमहि देवहित यदायु ॥

य० अ० १५ म० २१।

अर्थात् कानो से अच्छी बाते सुने, आखो से सदा शुभ पदार्थों को ही देखे और अग-उपागो द्वारा सदा शुभ कार्यो को करते रहे। मतलब यह कि हमारे शरीर का रोम-रोम सदा कल्याण-पथ का ही अनुगामी हो। यही हमारी प्राचीन सभ्यता है।

यह सब कुछ है, किन्तु अभीतक इस विषय पर मेरे विचार से सस्कृत भाषा और बँगला भाषा को छोडकर किसी अन्य देशी भाषा मे एक भी पुस्तक नही है। इसी आवश्यकता को कुछ अशो में पूर्ण करने के लिए यह हिन्दी में छोटा-सा प्रयास है।

एक बात यहा और कह देना उचित है। लोगो का प्राय यह खयाल है कि "जो आदत या स्वभाव पड गया उसका छूटना असम्भव है।" यह विचार गलत है। आदत को छोडना असम्भव नही, कष्ट-साध्य अवश्य है।

इसलिए जरा विचार के साथ काम किया जाय तो सैकड़ो बुरी आदते छूट जायेंगी। एक दो बार की असफलता से निराश नही हो जाना चाहिए—

"योजनानां सहस्रन्तु शनै गच्छेत् पिपीलिका।"

अर्थात्—अत्यन्त छोटा प्राणी चीटी भी अगर निरन्तर चलती रहे तो हजारो कोस चली जाती है। फिर भला हम तो मनुष्य हैं, क्या नही कर सकते ? इस मन्त्र का अर्थ-सहित जाप करते ही आपके शरीर मे स्फूर्ति आ जायगी और एकदिन बडे-से-बडे काम को भी कर डालने का आप मे पुरुषार्थ मे होगा। इसलिए हिम्मत न हारिए और वर्षों के दोषो को पुरुषार्थ द्वारा नष्ट कर दीजिए। यह तो है ही नही कि आपमे असख्य असभ्यताये भरी हुई है, या आप असभ्यता के भण्डार है ! यदि कुछ दोष हो भी तो उन्हे हटा देना एक पुरुषार्थी मनुष्य के लिए कोई बडी बात नही है।

आगर (मालवा)
वर्ष का प्रथम दिन
स० १९७९ वि०

विनीत
गणेशदत्त शर्मा
'इन्द्र'

छठे संस्करण की भूमिका

"सभ्यता" शब्द "संस्कृति" का पर्यायवाची शब्द है। परन्तु संस्कृति और सभ्यता के अर्थ मे थोडा सा अन्तर है। इनमे कारण कार्य का सा संबध है। अर्थात् संस्कृति का कार्य सभ्यता है। अंग्रेजी के कल्चर (culture) शब्द का पर्यायवाची शब्द संस्कृत भाषा मे 'संस्कृति' शब्द है। संस्कार की गई शुद्ध वस्तु को संस्कृत कहा जाता है। और संस्कृत से संस्कृति का जन्म हुआ है। संस्कार हृदयपटल पर अंकित हुई उन बातो का नाम है, जो मन और वाणी आदि की शुद्धता के अभ्यास द्वारा उत्पन्न होते है। मानसिक और नैतिक विकसित बुद्धि का जब दूसरो के साथ व्यवहार होता है, तब इसी मर्यादा का नाम "व्यावहारिक सभ्यता" हो जाता है। साराश यह कि सभ्यता संस्कृति का परिणाम या उससे उत्पन्न संतति है। अस्तु—

सभ्यता का भाव देशकालानुसार पृथक्-पृथक् होता है। जैसे पश्चिमी देशो मे "मशीनो से काम लेना" या "Eat Drink and be marry" सभ्यता है तो भारत की सभ्यता का तत्त्व स्वार्थ परायणता रहित, समस्त प्राणियो की कल्याण कामना कहा जा सकता है।

सभ्यता को मोटे-मोटे दो भागो मे विभक्त किया जा सकता है। एक दैवी और दूसरी आसुरी। दैवी सभ्यता बाह्य और आन्तरिक दोनो उन्नति की विधायक है। इसमे आस्तिकता, अध्यात्मचिंतन और विश्व-भावना होती है तो 'आसुरी' में प्रकृति की प्रधानता होने के कारण संकुचित जाति भावना, धन दौलत की लालसा, स्वार्थपरायणता और भौतिकता का बोलबाला रहता है। दैवी सभ्यता मे यदि संसार के प्राणी मात्र के प्रति सद्भावना होती है तो आसुरी सभ्यता इसके विरुद्ध स्वार्थ

इसलिए जरा विचार के साथ काम किया जाय तो सैकड़ो बुरी आदते छूट जायँगी। एक दो बार की असफलता से निराश नही हो जाना चाहिए—

"योजनानां सहस्रन्तु शनै गच्छेत् पिपीलिका।"

अर्थात्—अत्यन्त छोटा प्राणी चीटी भी अगर निरन्तर चलती रहे तो हजारो कोस चली जाती है। फिर भला हम तो मनुष्य है, क्या नही कर सकते ? इस मन्त्र का अर्थ-सहित जाप करते ही आपके शरीर में स्फूर्ति आ जायगी और एकदिन बडे-से-बडे काम को भी कर डालने का आप में पुरुषार्थ मे होगा। इसलिए हिम्मत न हारिए और वर्षों के दोषो को पुरुषार्थ द्वारा नष्ट कर दीजिए। यह तो है ही नही कि आपमे असख्य असभ्यताये भरी हुई है, या आप असभ्यता के भण्डार है। यदि कुछ दोष हो भी तो उन्हे हटा देना एक पुरुषार्थी मनुष्य के लिए कोई बडी बात नही है।

आगर (मालवा)
वर्ष का प्रथम दिन
स० १९७९ वि०

विनीत
गणेशदत्त शर्मा
'इन्द्र'

छठे संस्करण की भूमिका

"सभ्यता" शब्द "सस्कृति" का पर्यायवाची शब्द है। परन्तु सस्कृति और सभ्यता के अर्थ में थोड़ा सा अन्तर है। इनमे कारण कार्य का सा सबध है। अर्थात् सस्कृति का कार्य सभ्यता है। अंग्रेजी के कल्चर (culture) शब्द का पर्यायवाची शब्द सँस्कृत भाषा मे 'सस्कृति' शब्द है। सस्कार की गई शुद्ध वस्तु को सस्कृत कहा जाता है। और सस्कृत से सस्कृति का जन्म हुआ है। सस्कार हृदयपटल पर अंकित हुई उन बातो का नाम है, जो मन और वाणी आदि की शुद्धता के अभ्यास द्वारा उत्पन्न होते है। मानसिक और नैतिक विकसित बुद्धि का जब दूसरो के साथ व्यवहार होता है, तब इसी मर्यादा का नाम "व्यावहारिक सभ्यता" हो जाता है। साराश यह कि सभ्यता सस्कृति का परिणाम या उससे उत्पन्न सतति है। अस्तु—

सभ्यता का भाव देशकालानुसार पृथक्-पृथक् होता है। जैसे पश्चिमी देशो मे "मशीनो से काम लेना" या "Eat Drink and be marry" सभ्यता है तो भारत की सभ्यता का तत्त्व स्वार्थ परायणता रहित, समस्त प्राणियो की कल्याण कामना कहा जा सकता है।

सभ्यता को मोटे-मोटे दो भागो मे विभक्त किया जा सकता है। एक दैवी और दूसरी आसुरी। दैवी सभ्यता बाह्य और आन्तरिक दोनो उन्नति की विधायक है। इसमे आस्तिकता, अध्यात्मचिंतन और विश्व-भावना होती है तो 'आसुरी' मे प्रकृति की प्रधानता होने के कारण सकुचित आसि भावना, धन दौलत की लालसा, स्वार्थपरायणता और भौतिकता का बोलबाला रहता है। दैवी सभ्यता मे यदि ससार के प्राणी मात्र के प्रति सद्भावना होती है तो आसुरी सभ्यता इसके विरुद्ध स्वार्थ

और सकुचित भावना से युक्त होती है। पाश्चात्य देशवासी इसीमे अपनी सभ्यता की पराकाष्ठा मानता है कि—यथासभव अपने स्वत्व और अधिकारो को स्थापित करके अपने भोगो की वृद्धि करे। वह सोचता है कि, जो कुछ ससार मे है वह उसके लिए है। मेरे लिए अच्छा मकान हो, उसमें ऐश्वर्य सूचक सामान हो, सब सुख भोग मेरे सामने हाथ जोडे खडे रहा करे। दूसरे लोग मेरा धन और शक्ति देखकर मान करे। मेरी जाति ही ससार के समस्त राष्ट्रो की अधिपति हो। ससार मे एक मात्र मेरी ही जाति व्यापार करे इत्यादि भावनाओ मे पाश्चात्य सभ्यता की इतिश्री है। किन्तु भारतीय-सभ्यता ठीक इसके विपरीत है। वह चाहती है कि उसम त्याग और कर्त्तव्य की प्रधानता हो।

एक समय वह था जब अमेरिका, अफरीका, यूरोप आदि महाखण्डो मे भारतीय सभ्यता की वैजयन्ती फहराती थी किन्तु आज समय ने पलटा खाया कि पश्चिमी देशो मे सभ्यता का रूप कैसा विकृत होगया है और यहा इसका बे रोक टोक प्रचार हो रहा है। पर कोई यह न समझे कि हम अपने देश की सभ्यता को ही श्रेष्ठ सिद्ध करने के लिए दूसरे देशो की सभ्यता को बुरा कह रहे है, बल्कि आज तो पाश्चात्य विचारक भी अपनी सभ्यता से तग आरहे है। महात्माजी के सिद्धान्तो की ओर उनका झुकाव इस बात को साबित करता है।

देखा जारहा है कि भारत धीरे-धीरे विदेशी सभ्यता को अपनाता जारहा है। उसके सामने भी सभ्यता सुन्दर वेषभूषा, अच्छे मकान, मोटर, साइकल, रेल, तार, कल कारखाने, जहाज, नहरे, वायुयान, सिनेमा, थियेटर, पूजी इत्यादि ही होगई है। भौतिक वाह्याडम्बर को ही सभ्यता का रूप दिया जाने लगा है। लेकिन उसे यह ख्याल रखना चाहिए कि वह भूल कर रहा है।

हमारी इच्छा है कि भारत अपनी सभ्यता से विमुख न हो। वह अपनी सस्कृति को ही अपनावे। इसीमे इसका हित है। अपनी सभ्यता से विचलित भारत को सावधान होने का यही समय है। जबतक देश अपनी सभ्यता से प्रेम नही करेगा तबतक वह न तो उन्नति ही कर सकता है और न स्वराज्य ही ले सकता है।

यह "व्यवहारिक सभ्यता" मैने आज से १२ वर्ष पूर्व लिखी थी। "सस्ता साहित्य-मण्डल" ने इसे प्रकाशित की। हिन्दी प्रेमियो ने इसे खूब ही अपनाया। सस्करण पर सस्करण निकले। पाच सस्करण हुए। ग्यारह हजार प्रतिया खपी। और हजारो आदमियो ने उसे पढा होगा। अब यह छठा सस्करण आपकी सेवा मे उपस्थित है। इस सस्करण को घटा बढाकर और भी उपयोगी बनाया है। पूर्वापेक्षा इसका कलेवर बढा दिया गया है। मै अपनी इस कृति को प्रेम से अपनाने के लिए हिन्दी-पाठको को धन्यवाद देते हुए प्रार्थना करता हूँ कि भविष्य मे भी इसी प्रकार मेरी सेवा को अपनाकर अनुग्रहीत करते रहेगे।

शान्तिकुटी
आगर (मालवा)
बसन्तपचमी १९९१

गणेशदत्त शर्मा 'इन्द्र'

विषय-सूची

व्यावहारिक सभ्यता

"मेरी धारणा है कि भारत ने जिस सभ्यता को जन्म दिया था, विश्व की कोई सभ्यता उसकी बराबरी की नहीं है। हमारे पूर्व पुरुष जो बीज बो गये हैं, उसकी समता करनेवाली, इस संसार में एक भी वस्तु नहीं है। रोम के बुर्ज उड़ गये, यूनान का नाम शेष रह गया, फिरौन का साम्राज्य रसातल को चला गया, जापान पश्चिम के चंगुल में फँस गया और चीन की तो बात कुछ कहते ही नहीं बनती। परन्तु भारत की, पत्ते झड़ जाने पर भी जड़ मजबूत है।"

महात्मा गांधी

१

धार्मिक व्यवहार

"यस्तु सर्वाणि भूतानि आत्मन्येवानुपश्यति ।
सर्व भूतेषु चात्मानं ततो न विजुगुप्सते ॥"

(यजुर्वेद)

(१)

इस अखिल विश्व के निर्माता, सच्चिदानन्द परब्रह्म, परमात्मा के स्मरण से अन्तःकरण पवित्र होता है । अन्तःकरण की पवित्रता से ज्ञान का प्रकाश होता है और अज्ञानान्धकार का विनाश होता है । अतएव यह परमावश्यक है, कि बुद्धि की पवित्रता के लिए परमात्मा का स्मरण रात-दिन किया जाय । सद्गुण ही सभ्यता के चिह्न हैं और इनका अभाव ही असभ्यता है । असभ्यता को नाश करने के लिए पवित्र मन की सबसे पहले आवश्यकता है । और मन को पवित्र बनाने के लिए सच्चे हृदय से ईश्वर स्मरण सबसे उत्तम साधन है ।

(२)

कई लोग ईश्वर-चिन्तन अन्त करण की शुद्धि के लिए नही करते बल्कि दिखाने या दुनिया मे भलेमानुस कहलाने के लिए करते है। ऐसे लोग स्वार्थी है। ये लोग प्राय ऐसे स्थानो पर उपासना करने बैठते है, जहाँ लोगों का आवागमन खूब हो। ये भक्ति नही करना चाहते, बल्कि भक्त कहलाना चाहते है। ऐसा करना अनुचित है। ईश्वर-स्मरण एकान्त स्थान मे, जहाँ किसी-प्रकार का शोरगुल न हो, कोई देखता न हो, लोगो का भीड-भडक्का न हो, वहाँ करना चाहिए। मन्दिरो, मस्जिदों या ऐसे ही दूसरे स्थानों मे बकध्यान लगाकर ईश्वरोपासना का ढोंग करना भले आदमियों का काम नहीं है। नदियो के घाटों पर, पनघट पर या ऐसे ही दूसरे स्थानों पर जहाँ बहुधा स्त्रियाँ आती-जाती हैं पूजा-पाठ का ढोंग रचकर बैठना बिलकुल असभ्यता है। सच्चे ईश्वर भक्त तो एकान्त मे ही अपने मालिक को रिझाते है।

(३)

जब कोई व्यक्ति चाहे वह आपके धर्म का माननेवाला हो या न हो—ईश्वर प्रार्थना कर रहा हो तो आपको वहाँ किसी तरह का ऐसा काम जिससे उसके ध्यान मे विघ्न पडता हो, नहीं करना चाहिए। ईश्वरोपासना एक ऐसा कार्य है जिसमे गडबड उत्पन्न करना बडी भारी असभ्यता है। उपासना करनेवालों के पास या तो ठहरो मत, और यदि ठहरो तो इतने चुपचाप हो जाओ कि उपासक को आपकी मौजूदगी का कोई भान न हो।

(४)

जो व्यक्ति उपासना कर रहा हो, उससे बहुत जरूरी काम होने पर भी मत बोलो। क्योंकि उस वक्त वह एक ऐसे की सेवा मे है, जिस से बढ़कर इस ब्रह्माण्ड मे दूसरी कोई शक्ति ही नहीं है। कैसा ही काम क्यों न बिगड़ता हो, ईश्वरोपासना मे विघ्न डालना सभ्यता नहीं है।

(५)

पूजा मे बैठे हुए व्यक्ति के मुह के सामने कदापि न बैठो। जहाँ तक हो पीछे की ओर या दाए बाए बैठो। उसके सामने से भी न आओ जाओ। उसके आँख मूंदकर ध्यानावस्थित होने पर, चुपके से भी घूमने फिरने की आदत या कानाफूसी से बोलने की आदत खराब है।

(६)

कई भक्त, ईश्वर स्मरण के समय या भक्ति या पूजापाठ करते समय स्तुति के पद्य भी बोलते जाते है और बीच-बीच मे बाते भी करते जाते हैं, यह ठीक नहीं है। उपासना और दूसरे कार्यों मे शत्रुता है। बहुत से लोग गौमुखी मे हाथ डाले इधर-उधर देखते है, घूमते है, इशारों मे बातचीत करते है, लोगों के प्रश्नो का उत्तर सिर या हाथ पाव हिलाकर देते है, यह बात भी ठीक नहीं है। भगवान मे भी ध्यान लगाना और सासारिक बातो मे ध्यान देना ये दोनों काम एक साथ नहीं हो सकते।

(७)

अपना धार्मिक चिह्न समझकर, या आयुर्वेदानुसार सिर पर अथवा शरीर के अगविशेषपर गधादि का तिलक लगाना तो ठीक है,

परन्तु जो अपने को सुन्दर और आकर्षक दिखाने के लिए लाल, पीले, काले हरे आदि विविध प्रकार के रंगों से कपाल अथवा मुहँ को रंगते है वे असभ्य है। तिलक मे ड्राइंग निकालना, चित्र बनाना केवल छिछोरपन है। मस्तक पर तिलक लगाकर तिनके या सींक से अथवा कंघे के दाँतो से चन्दन मे लकीरें करना महज अपनेको सवारना है, धर्म की मजाक है और धूर्त्तता है।

(८)

चाहे जब, चाहे जहाँ अपने इष्ट के नामको जोर से चिल्लाकर बोल उठना भी ठीक नहीं है। इससे यह प्रकट नहीं होता कि आप परमभक्त है, बल्कि यह सिद्ध हो जाता है, कि आप एक सनकी है, और जब कभी सनक आती है बक उठते है। व्यर्थ का चिल्ला उठना ठीक नहीं है।

(९)

डकार छींक या जभाई के बाद प्राय. लोग एक प्रकार को अपनी निराली ही आवाज निकाला करते है। कभी-कभी तो यह आवाज इतनी कर्णकटु और भद्दी होती है कि सुननेवाले को बहुत ही बुरी लगती है। ऐसी आवाजें करना ठीक नहीं है। ऐसा अभ्यास डालो कि इन वेगों के पश्चात मुह से कोई शब्द न हो, केवल "ओ३म्" या ऐसा ही अपने धर्म से सम्बन्ध रखनेवाला कर्णप्रिय शब्द हो।

(१०)

किसीकी वस्तु को बिना पूछे आँख बचाकर उठा लेना ही चोरी है। यह बहुत ही बुरा काम है। सभ्य मनुष्य को स्वप्न मे भी किसी

वस्तु की चोरी नहीं करना चाहिए। हमेशा "परधन धूलि समान" समझना चाहिए। क्योंकि चोरी को अधार्मिक कृत्य माना है। किसी भी मजहब में या मत में इसे अच्छा नहीं कहा है। यह बड़ा ही निंद्य एव नीच कार्य है। इसका परिणाम भी बहुत बुरा होता है।

(११)

भीख माँगना बहुत बुरा काम है। अपनी कमजोरियों को प्रकट करके दूसरे के उपार्जित द्रव्य में से बिना किसी श्रम के कुछ भी प्राप्त करना बुरा है।

"सब से लघु है मांगबो या मे फेर न सार।
बलि पै जाचत ही भए बामन तन करतार॥"

(१२)

भारत में भिखमंगे बहुत बढ़ गये हैं और बढ़ते ही जा रहे हैं। ब्राह्मणों ने तो इसे अपना धर्म मान लिया है। किन्तु "दान" और "भिक्षा" में अन्तर है। दान वह है जो बिना माँगे प्राप्त हो। भिक्षा वह है जिसे माँगना पड़े। भिक्षा भी कम-से-कम उतनी ही लेनी चाहिए जिससे कि निर्वाह मात्र हो सके। पहले के ब्राह्मण ऐसे ही थे, केवल उदर-पोषण के लायक ही वे दान स्वीकारते थे। यदि कोई अधिक दे भी देता तो वे उसे किसी सत्कार्य में लगा देते या दूसरों को दे देते थे। परन्तु आज लोग स्वार्थी होकर जितना प्राप्त किया जा सके उतना जबरदस्ती लेने की कोशिश करते हैं।

(१३)

कमाने खाने योग्य होते हुए भी, भीख या दान पर अपना

गुजारा करना बहुत ही बुरा है। दान के पात्र अपाहिज, वृद्ध, रोगी, विद्वान साधु सन्यासी और गरीब निर्धन विद्यार्थी है। इनके अतिरिक्त जो लोग भीख माँगते है वे समाज के चोर है। और जो मनुष्यों को भीख देते है वे लोगों को आलसी बनाने में मदद करते है।

(१४)

दान पर अपना गुजारा करने का अधिकारी वही है जो तनमन से समाज और देश की सेवा करता हो। भीख माँग-माँग कर अपना और अपने बाल-बच्चों का पेट भरना, मौजे उड़ाना कृतघ्न पुरुषों का काम है। भीख या दान लेकर उसका बदला चुकाना ही चाहिए उपकार करना ही चाहिए।

(१५)

घर पर आये भिक्षुक को यदि आप कुछ देना उचित नहीं समझते तो उसे कटु शब्दों से सम्बोधित न करो। अपने कुछ न देने की बात उसे नम्रता पूर्वक मीठे शब्दों में कहो। "आगे बढ़ो", "यहाँ कुछ नहीं है", "कारखानेमे काम देखो". "हट्टा कट्टा है, घास का गट्ठा बेचो", "क्या तेरे बापका देना आता है?", "क्या कर्जा माँगता है" इत्यादि कठोर वचन मत कहो।

(१६)

पागल, बेहोश, कोढ़ी, निर्बल, दीन, हीन, असहाय मनुष्यो को मत छेड़ो। दुखी को दुख पहुचाना नीच मनुष्यो का काम है।

(१७)

धार्मिक वाद-विवाद मे, पंचायतियों मे, और दूसरी बातचीत के

समय गुस्सा मत आने दो। जोर-जोर से मत बोलो, गाली गलौज़ न करने लग जाओ। अहिष्णुता अधर्म है और क्रोध भी पाप की जड़ है। सभ्यतापूर्वक बातचीत करो। धैर्य मत छोड़ो। लाजवाब होने पर चुप रहो। अण्टशण्ट बातें बकने की गलती न करो।

(१८)

दूसरे धर्म के अनुयायियों को घृणा की दृष्टि से मत देखो। उनके साथ भाई की तरह व्यवहार करो। धर्म अलग-अलग होने से मनुष्यता मत छोड़ो। धर्म मनुष्यता छोड़ने की आज्ञा नहीं देता। जिस धर्म के आप अनुयायी हो, उसीको सारा जगत माने यह कोई जरूरी बात नहीं है। जितने भी मतमतान्तर प्रचलित हैं, वे अच्छी बातों की नींव पर बने हैं। उनके प्रवर्त्तक हम साधारण मनुष्यों से उच्च थे। अतएव किसी भी मजहब या मत-पथ को बुरा न कहो। कोई भी ऐसा मत-पथ नहीं जिसमें सभी अच्छी बातें हों या सभी बुरी हों। धर्म की प्रतिष्ठा उसके अनुयायियों से बढ़ती है। धर्म के ऊपरी आचरण में रहनेवाले धर्मान्ध ही दूसरे धर्मों के अनुयायियों से माथाफोड़ी के लिए तय्यार रहते हैं, किन्तु जो सच्चे धर्मानुयायी और धर्म के तत्वों को जानते हैं वे दूसरे धर्मों से घृणा नहीं करते। जिस धर्म के आप माननेवाले हैं उसे ही श्रेष्ठ मानकर, दूसरों को बुरा बताना या उनके प्रति घृणा प्रदर्शित करना ओछापन है।

(१९)

ब्राह्मण-धर्म से हीन होते हुए अपनेको ब्राह्मण कहना गलती है। ब्राह्मण-धर्म तलवार की धार के समान है। ब्राह्मण वह है जो

समाज का सब से अधिक विनम्र, स्वार्थरहित और अपने ज्ञान द्वारा सेवा करनेवाला है। वह अपनी पूजा से दूर भागता है। वह दान या भिक्षा नहीं माँगता। समाज ऐसे ब्राह्मणों की पूजा करने के लिए उसके पीछे दौड़ता है। सच्चे ब्राह्मण बनकर ही अपनेको ब्राह्मण कहो। ब्राह्मणोचित कर्मों से च्युत होकर अपनेको ब्राह्मण बतलाने की भूल न करो।

(२०)

क्षत्रिय, समाज की रक्षा करनवाला एक सच्चा निस्पृह सैनिक है। वह क्षत्रिय, जो शराब-कबाब, वेश्या और भाँड-भडुओं में अपना समय और द्रव्य नष्ट करके अपनेको क्षत्रिय बताता है बिलकुल असभ्य है। क्षत्रिय की सभ्यता राष्ट्र की रक्षा में है।

(२१)

देश की सम्पत्ति को बढ़ानेवाला ही वैश्य है। जो इसके विरुद्धाचरण करता है, वह वैश्य नहीं है। कृषि, पशुपालन, और व्यापार, वैश्य की सभ्यता है। जो वैश्य कृषकों का रक्त चूसते हैं, जो पशुओं के विनाश में सहायक होते हैं, और जो अपने देश का व्यापार चौपट करके विदेशों के व्यापार वृद्धि में सहायक होते है, जिन्हें व्यापार करते समय राष्ट्र के हानिलाभ का ध्यान या ज्ञान नहीं है, वे वैश्य नहीं हैं।

(२२)

शूद्र का धर्म सेवा है। जो सेवावृत्ति करता है वह शूद्र है। लेकिन सेवा करना कोई हीन कर्म नहीं है। अतः सेवा करनेवाले को अपने से हीन नहीं समझना चाहिए।

(२३)

शूद्रों के साथ अर्थात् सेवकों के साथ बुरा व्यवहार करना बुरा है। शूद्र भी समाज के अंग है। जिस प्रकार किसी अंग के कटजाने से शरीर की शोभा नष्ट होजाती है, उसी तरह शूद्रों को समाज से पृथक मानने से समाज की शोभा भी नष्ट हो जावेगी। अतएव सभ्यता यही बताती है कि शूद्रों के साथ हमारा वैसा ही व्यवहार हो जैसा कि दूसरे वर्णों के साथ। क्योंकि राष्ट्र-परिवार में इनका भी स्थान है।

(२४)

जो व्यक्ति अपने आपको केवल ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य या शूद्र कुल में उत्पन्न होने से ही, ब्राह्मण क्षत्रिय वैश्य या शूद्र मान बैठता है वह गलती करता है। जिस वर्ण के गुण, कर्म और स्वभाव जिस व्यक्ति में हो उसे वही समझना चाहिए। गुण कर्म स्वभावानुसार व्यक्ति की पदप्रतिष्ठा न करना भूल है। महात्मा कबीर, वाल्मीकि, दादू, दयाल और रैदास आदि को जन्मना शूद्र आदि न मानते हुए महात्मा कोटि में मानकर उनकी इज्जत करना, भारतीय-सभ्यता हमें सिखा रही है।

(२५)

जो व्यक्ति ब्राह्मणों की तरह विद्या एवं ज्ञान प्राप्त नहीं करता, जो क्षत्रिय की भाँति अवसर आने पर धर्म, समाज, परिवार, स्त्रियों, बालकों की रक्षा नहीं करता, वैश्यों की भाँति जो देश के हानि लाभ को ध्यान में रखकर कार्य नहीं करता और जो देश की तथा पूज्य पुरुषों की सेवा के लिए शूद्र की तरह दौड़ नहीं पड़ता, वह असभ्य है।

(२६)

महापुरुषो का, विद्वानो का, समाज और देश के शुभचिन्तक सेवकों का कभी भी निरादर मत करो। इन्हींके पुण्य-बल पर ससार चल रहा है। जब कभी ऐसे साधु पुरुषो के प्रति हृदय मे ईर्ष्या या अनादर के भाव जागरित हों तब समझलो कि सभ्यता ने तुम्हे त्याग दिया है।

(२७)

विद्वत्ता और साधुता, एक दूसर पर आश्रित नहीं है। किताबो मे लिखो सामग्री रट लेने से या मस्तिष्क मे किसी विषय को ठूँस लेने से कोई साधु नहीं होजाता। विद्वत्ता मस्तिष्क है तो साधुता मस्तिष्क और हृदय का पूर्ण विकास है। विद्वान भी नीच हो सकता है और अपठित भी साधु होसकता है। विद्या प्राप्त करक दूसरो पर यह सिद्ध करना कि "हम साधु है, सज्जन है" विद्या का अनादर करना है।

(२८)

केवल गेरुए वस्त्र पहिनलेने से, या सिर मुँडालेने से अथवा जटा रखलेने से कोई व्यक्ति साधु नही हो जाता। यह तो वह प्राचीन लिबास है जिसे हमारे प्राचीन त्यागी पुरुषों ने धारण किया था। आजकल जो गेरुए वस्त्र पहनते है वे सभी साधु नहीं है, और न साधारण दूसरे वस्त्र धारण करनेवाले सभी असाधु है। हृदय मे साधुता न होते हुए साधुओ की-सी वेष भूषा धारण करना, ढोंग और पाखण्ड बनाकर अपनी साधुता का सार्टीफिकेट पशकरना लोगों को धोखा देना है।

(२९)

इन रंगे सियारों के तुल्य साधुओं और सन्यासियों का आदर करना, उन्हें भोजन वस्त्र देकर तुष्ट करना गलती है। हिन्दू शास्त्रों में अतिथ्य, सत्कार और दान का महात्म्य वर्णित है किन्तु पात्रापात्र का ध्यान न रखकर जो अतिथि-सत्कार और दान आदि कार्य करता है वह बड़ी भारी भूल करता है। बिना पात्रापात्र का विचार किये अतिथि को दान देने की दूषित विधि ने ही देश में आलसी भिखमङ्गों की वृद्धि की है। इसका परिणाम जो होना चाहिए वही हुआ भी। लिखा है—

"अपूज्या यत्र पूज्यन्ते पूजार्हाच व्यतिक्रम ।
त्रीणि तत्र भविष्यन्ति दुर्भिक्ष मरण भयम् ॥"

अर्थात्—जहाँ अपूज्यो का आदर और पूज्यों का निरादर होता है, वहाँ दुर्भिक्ष, अकालमृत्यु, और भय का दौर-दौरा बना रहता है। हम इतने नासमझ हो गये है कि आगापीछा कुछ न सोचकर मूर्खों और आलसिया की केवल ऊपरी वेशभूषा पर से पूजा करते है। उनका वह आदर होता है कि किसी भले आदमी का भी नहीं होता। जब मूर्ख और दुष्टों का भी सम्मान होता है तब ज्ञानी और सज्जन होने की आवश्यकता ही क्या रह जाती है।

(३०)

गाँवा में या बड़े शहरों में पूजास्थान (मदिर, मसजिद) अधिक नहीं बनवाना चाहिए। क्योंकि उपासना के लिए सारे गाँव म एक दो ही स्थल निश्चित होना ठीक है। क्योंकि मन्दिर या मसजिद

आदि या तो एक पार्टी या गुट्ट अपना अलग बनवाता है या कोई धनी कीर्ति और धर्मलाभ के लिए तय्यार कराता है। ये दोनों ही भूल मे हैं। धन का सदुपयोग केवल मंदिर या मसजिद बना देने मे ही नहीं हो जाता। मंदिरो के अलावा बहुत से सार्वजनिक तथा लोकोपकारी कामो मे धन का उपयोग हो सकता है।

(३१)

बहुतेरे पैसेवाले, अपना नाम कमाने के लिए नये मदिर बनवाते हे। ऐसा करना बहुत अच्छा नहीं है। यह तो दम्भ है। इससे न तो समाज मे भक्ति की वृद्धि होती है और न दानो को मुक्ति का मार्ग ही मिलता है। ऐसे लोगों के बनाये मंदिर उनके मरजाने पर प्रायः अपूज्य होते देखेगये है।

(३२)

धर्म नामक तत्व, मदिरो मसजिदो और गिर्जों मे निवास नहीं करता। वह तो हृदय की वस्तु है। जिस हृदय मे पवित्रता है वहीं धर्मदेव का निवास है। धर्म एक देशीय है या किसी व्यक्ति विशेष की वस्तु है, ऐसा सिद्ध करनेवाले और माननेवाले मूर्खों की दुनिया मे रहते है।

(३३)

धर्म के नाम पर धन बटोरना और फिर सत्कार्यों मे खर्च न करना धन देनेवालो को साफ धोखा देना है। जो लोग धर्म के नाम पर कुछ लेते है, उन्हे उसका व्यय परोपकार मे ही करना चाहिए। धर्मस्थानों के सचालक जैसे पुजारी, मठाधीश, महन्त,

काजी, मुल्ला या पादरी आदि का कर्तव्य है कि धर्म के नाम पर उनको जो दान मिलता है उसका उपयोग केवल लोकोपकारी कार्यो तथा ऐसे ही अन्य अच्छे कामो मे ही व्यय करना चाहिए।

(३४)

धर्मस्थानो के आसपास किसी प्रकार का शोरोगुल करना बुरी बात है। इसी तरह उनके आसपास गन्दगी फैलाना या और दूसरे कुकृत्य करना असभ्यता है। धर्मस्थानों के वे अधिकारी बुरा करते हैं जो उन स्थानो को अपने निजी व्यवहार मे लाते है। सार्वजनिक जगह किसी व्यक्ति विशेष का निवास स्थान नहीं होना चाहिए।

(३५)

धर्म के नाम पर एक दूसरे मत-पथ क लोगो का आपस मे झगडा करना जंगलीपन है। जो सभ्य कहलाते है वे धर्म के नाम पर कदापि लडाई खडी नहीं करते। मूर्खो ने धर्म का दायरा संकुचित कर दिया है यही कारण है कि आए दिन हमारे देश मे मदिर और मस्जिद के मसले को लेकर सैकडो लोग लड मरते है। वह धर्म ही नहीं जो एक दूसरे से लडने और मारपीट करने की आज्ञा दे। धर्म के बहाने मनुष्य जाति का खून बहाना असभ्यता है। वह धर्म नहीं अधर्म है जो एक भाई पर दूसरे भाई को हाथ उठाने की आज्ञा देता है।

(३६)

यह कितनी असभ्यता है कि मदिर के शंख और घण्टे-घडियाल की ध्वनि से मसजिद के सर्वव्यापी अल्लाह नाराज़ होजाते है और मसजिद मे की "अल्लाहो अकबर" की ध्वनि से भगवान क्षीरसागर

की ओर पलायान करजाते है। हिन्दुओ के धार्मिक भावों की रक्षा के लिए ताजिये नहीं सरक सकते और मुसलमानों के धार्मिक कार्य मे अडनेवाले वृक्ष की टहनी नहीं तोड सकते। इस प्रकार के हठ और दुराग्रह को सभ्यता नहीं कहा जासकता। इस धर्माडम्बर से देश को हानि होरही है। दोनों की असभ्यता दोनों ही के गले की छूरी बनगई है।

"हिन्दू वो मुस्लिम एक हैं दोनो—
यानी ये दोनो एशियाई हैं।
हम वतन हमजुबानोहम किस्मत—
क्यो न कह दूँ कि भाई-भाई हैं।"

—अकबर

(३७)

सूने मन्दिरो की प्रतिमाओं पर, कबरो पर तथा किसीके धार्मिक चिन्हो पर, थूकना, पेशाब करना, धूल फेंकना, पत्थर मारना तथा किसी अन्य भाँति उन्हे अपमानित करना पशुता है। और वह पशु से भी आगे है जो उन्हे नष्ट-भ्रष्ट करता है।

(३८)

आर्य-सभ्यता ने हमे सोलह संस्कार सिखाये है जो हमे सभ्य बनाने के लिए पर्याप्त है। इनसे विमुख होकर ही हिन्दुओ ने सभ्यता को खोया है। जो अपनी खोई सभ्यता प्राप्त करना चाहते है, उन्हे प्राचीन संस्कारो से प्रेम करना चाहिए। जीवन मे जितने संस्कारो का समय बीत गया उन्हे छोडकर जितने बाकी हों उन्हीं संस्कारो से

अपनेको सस्कृत करना चाहिए। सस्कार सभ्यता की जड है। यह बात सदैव ध्यान मे रखो।

(३९)

आप जिस प्रतिमा, चित्र, धर्म ग्रन्थ या ऐसे ही किसी दूसरे धार्मिक चिन्ह के माननेवाले नहीं है—उसका अपमान मत करो। जब उसे आप कुछ समझते ही नहीं, तो अपमान किसका? यदि आप उसका अपमान करते है तो यह सिद्ध हो जावेगा कि आप उसे कुछ न कुछ समझते अवश्य है। मूर्त्ति को न माननेवाला व्यक्ति यदि मूर्ति को तोडता है तो यह स्वय सिद्ध है कि वह उसे मानता था। कबरो पर अश्रद्धा रखनेवाला व्यक्ति यदि क़बर को नष्ट करने पर उतारु है तो समझ लो कि वह कबर को मानता था। दूसरो के धार्मिक चिन्हो का अपमान करनेवाला व्यक्ति असभ्य ही नहीं महान् नीच है। ऐसा व्यक्ति समाज मे उच्छृखलता और उद्दण्डता उत्पन्न करता है। कुरान वग़ैर. धार्मिक पुस्तकें जब शिवाजी को प्राप्त हुई तो उस आर्य-सभ्यता के पुजारी ने उनका उसी प्रकार मान किया जिस प्रकार अपने धर्म-ग्रथों का किया जाता था। यह भारतीय-सभ्यता का उच्चतम उदाहरण है।

(४०)

सूर्योदय के बाद सोते पड़े रहना आलसीपन है। हमारी सभ्यता ब्राह्ममुहूर्त्त मे उठने की आज्ञा देती है। मनु ने कहा है "ब्राह्मे मुहूर्त्ते बुध्येत।" सूर्योदय के डेढ या दो घण्टा पहले उठना अच्छा है। जो लोग इतनी जल्दी न उठ सकें उनको चाहिए कि वे बिना भूले सूर्योदय के पूर्व बिछौना छोड दें।

(४१)

यदि जान बूझकर सोते-सोते सूर्य उदय हो जावे तो, आर्य-सभ्यता उसे दिन भर उपवास करने की सजा का विधान करती है—

"नचेदभ्युदात्सूर्यं शयान कामचारत ।
निम्लो चेद्वाप्य विज्ञानाज्जपन्नुवमेदिनम् ।।"

(४२)

जिनका उपनयन संस्कार हुआ हो, और जनेऊ पहने हों उन्हे मलमूत्र त्यागते समय अपना यज्ञोपवित कान पर इतना लपेट लेना चाहिए कि वह नाभिस्थान से ऊचा हो जावे । जब तक हाथ शुद्ध न कर लिए जावें जनेऊ को छूना नहीं चाहिए।

(४३)

आर्य-सभ्यता प्रत्येक ब्राह्मण, क्षत्रिय और वैश्य कहलानेवाले को जनेऊ धारण करने के लिए बड़ा जोर देती है । अतएव उक्त तीनों वर्णों को यज्ञोपवित अवश्य पहनना चाहिए। जो द्विज जनेऊ नहीं पहनता वह अपने एक महान् कर्त्तव्य कर्म से अछूता रहता है।

(४४)

और जनेऊ पहिनाकर जो द्विज (ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य) तदनुकूल आचरण नहीं करता वह अपने कर्त्तव्य-कर्म से विमुख रहता है।

(४५)

चित्त को पवित्र रखने से अच्छे सस्कार की वृद्धि होती है। अपवित्र मन मनुष्य को कुपथगामी बनाता है। मन की पवित्रता के लिए सत्य-भाषण और अहिंसा मुख्य साधन है। परमात्मा की

उपासना से अन.करण शुद्ध होता है, इसलिए २४ घण्टों मे कम-से-कम एक बार सन्ध्या, नमाज प्रार्थना, अवश्य करना चाहिए।

(४६)

सभ्यता और असभ्यता का अपने विचारो से घनिष्ठ सम्बन्ध है। विचारो का पिता मन है, अतएव सभ्य बनने के लिए मन को अच्छे कार्यों की ओर प्रेरित करना चाहिए। हमेशा ध्यान रखो

"मे मन शिव सकल्पमस्तु।"

(४७)

वैदिक सभ्यता, इस पृथ्वी को समस्त अन्य देशीय सभ्यताओ से उच्च है। वैदिक सभ्यता को विदेशी लोगों ने भी उच्च सभ्यता माना है। हमारी प्राचीन सभ्यता का सिक्का सारी पृथ्वी पर जम चुका है। इसलिए वेदो का स्वाध्याय हमे सभ्यता के उच्चतम शिखर पर पहुँचाने मे पूर्ण सहायक बन सकता है।

(४८)

शुभ आचार, शुभ विचार और शुभ उच्चार मनुष्य को सुशील बनाने के लिए काफी है। अर्थात् मन वचन और कर्म की पवित्रता एव महानता मनुष्य को सभ्यता का मार्ग दिखाती है। अशिव, अशुभ और अभद्र विचारो को मन से दूर करना चाहिए। ये मनुष्य को अभद्र बनाते है।

(४९)

क्रोध कभी नहीं करना चाहिए। धार्मिक एव सामाजिक दृष्टि से क्रोध बुरी बात है। यह मनुष्य का भयानक शत्रु है। षड् रिपुओं मे

से एक है। इसका वेग मनुष्य को पशु से भी पतित बना देता है। क्रोध मे धर्माधर्म का भले-बुरे का, हिताहित का कुछ भी ज्ञान नहीं रह जाता। इसलिए क्रोध करना अच्छी बात नहीं है।

"क्रोध पाप कर मूल।" —तुलसी

(५०)

इन्द्रिय लोलुप व्यक्ति कदापि सभ्य नहीं बन सकता। क्योंकि वह दूसरों का गुलाम होता है। जो एक का नहीं बल्कि अनेक का दास हो वह कुछ भी नहीं कर सकता। अतएव सभ्यता की प्राप्ति के लिए इन्द्रिय-निग्रह आवश्यक है। मनुष्य को इन्द्रियों का दास न रहकर इन्द्रियों को अपना दास बनाना चाहिए।

(५१)

मुह से अच्छे शब्द बोलो, भूलकर भी गालियाँ अथवा कटु वचन न निकल, कानो से अच्छी बातें सुनो, बुरी बातो को भूलकर भी न सुनो। आँखे सदैव उत्तम कार्य और उत्तम दृश्यो को ही देखें, मन सदैव अच्छे कार्यों की ओर लगे, शरीर से सभी सत्कार्य हों अर्थात् हमारे चारों ओर सत्-चित् और आनन्द का वातावरण हो। यही सभ्यता की महान् कुजी है।

२

नैतिक व्यवहार

'भारतीय सभ्यता की प्रवृत्ति नीति दृढ करने की ओर है।
पाश्चात्य सभ्यता का झुकाव अनीति दृढ करने की ओर है।"

—महात्मा गान्धी

(१)

किसी ऐसे स्थान मे, जिसके चारो ओर दीवार, या अन्य किसी प्रकार की आड या तारों का फेन्सिग हो तो रास्ता छोडकर किसी अन्य मार्ग से मत घुसो। दीवार फाँदकर अन्दर घुसना, बागड तोडकर प्रवेश करना, या तारो मे से सिर डालकर भीतर चले जाना असभ्यता है।

"अद्वारेणच नातीयाद्ग्राम वा वेश्ममावृतम ।"

(२)

ऐसे स्थानों मे, जिनके चारो ओर दीवार या बागड हो, द्वार से अन्दर प्रवेश करने के लिए स्थान के मालिक से आज्ञा प्राप्त करलो। बिना आज्ञा लिए भीतर मत जाओ।

(३)

सडकों पर, जहाँ लोग चलते फिरते हो, जोर से कहकहा लगाकर हसना बुरा है। ऐसी हँसी हँसनेवाले को लोग बेहूदा समझते हैं।

(४)

बेसुरी, कर्ण कर्कश हँसी नहीं होनी चाहिए। जहाँतक होसके हँसते समय किसी तरह का भी शब्द न होने दो। सभ्य लोग बहुत जोर की हँसी आने पर भी यथा सभव बुरा शब्द नहीं होने देते।

(५)

रेलघर तारघर, डाकघर, नाटकघर, सिनेमाघर सभाभवन, पुस्तकालय, कारखाने आदि सार्वजनिक स्थानों पर लगाये हुए नोटिसों को पहले पढलो, और सूचनाओं के विरुद्ध व्यवहार न करो।

(६)

जिस स्थान मे प्रवेश करने के लिए, किसी प्रकार की सूचना हो उसके अनुसार आचरण करना चाहिए। अन्दर जाने के लिए निषेधात्मक कोई चिन्ह जैसे लाल झण्डी, लाल बोर्ड, या लाल रग का लालटेन, अथवा रोकने के लिए कोई वाक्य जैसे "No admission" "अन्दर मत आओ" लिखा हो तो भूलकर भी अन्दर मत जाओ। जो जाता है वह नियमभग करता है।

(७)

कई दूकानदार अपनी दूकानो पर "एक भाव" 'Fixed rate' "उधार न माँगिए" "आज नकद कल उधार" आदि वाक्य लगा देते हैं, परन्तु अक्सर वे अपनी इन बातों का पालन नहीं करते। जिसे उधार

देना नहीं चाहते उसे वह बोर्ड दिखला देते है, बाकी उधार देते लेते रहते है। यही हालत "एक भाव" की होती है। इसकी ओट मे लोगों को खूब ठगते है। यह धोखा है। जो कुछ भी नियम बनाए जावें, पहले खुद उनका पालन करो तब दूसरे करेंगे।

(८)

वे लोग भी असभ्य है जो दूकानदारों के यहां "एक भाव" Fixed rate लिखा देखकर भी कीमत घटाने-बढाने की बात छेड देते है। सभ्यता ऐसा करने से मना करती है। कीमत मालूम करने के बाद यदि ठीक समझे तो उस वस्तु को दाम देकर लेलो अन्यथा मूल्य घटाने की बात ही न उठाओ और उसे "धन्यवाद" देकर चले जाओ। इसी तरह जहाँ उधार न देने की सूचना हो वहाँ से कभी उधार न मांगो। भले ही आप उसके कितने ही मित्र क्यो न हो, या आप कितनी ही आवश्यकता मे क्यों न हों।

(९)

कई सभ्य पठित गृहस्थियों के घरों मे कुछ उनकी प्राइवेट सूचनाएं आगन्तुक लोगो के लिए होती है जैसे "जूते अन्दर न लावें" इत्यादि। ऐसी सूचनाओं का पालन अवश्य करें।

(१०)

किसी समाज-संस्था, सभा-सोसाइटी मे शामिल होने के पहले उसके नियमों को अच्छी तरह जान लो और तदनुकूल आचरण कर सको तो उसमे सम्मिलित हो अन्यथा दूर रहो।

(११)

ऐसे भीड़ भड़क्के में जिस भीड़ को कोई हटा रहा हो या दबा रहा हो, उसमे फिर उसी ओर जिधर से हटाए गए हों जाना या जाने की चेष्टा करना असभ्यता है।

(१२)

ऐसे खेल तमाशों मे जहाँ भीड़ हो, वहाँ का प्रबन्धक यदि उठने बैठने की प्रार्थना करे तो बिना किसी विलम्ब के उसकी आज्ञा का पालन करो। यदि आज्ञा पालन करना ठीक न समझते हों तो उसकी आज्ञा का बिना विरोध किये उस स्थान से अलग हो जाओ।

(१३)

किसी सभा-सोसाइटी या खेल-तमाशे में जो स्थान जिसके लिए नियुक्त हो उसे वहीं बैठना चाहिए। जान-बूझकर नियम का उल्लघन करना असभ्यता है। यदि भूल से आपके द्वारा कोई नियम टूटा हो तो उसके लिए क्षमा मागकर अपनी गलती तत्काल दुरुस्त करले।

(१४)

एक बार अपने मुँह से चलने के लिए कहकर, फिर वहाँ ठहरकर बातें न करो। जो कुछ कहा है उसका पालन करो। जब अपनी बात को आप ही पूरी न करगे तब दूसरे से आप कैसे पूरी करने की आशा कर सकते है ?

(१५)

रास्ते चलते हुए अपने मित्र को बुलाकर उससे बातें करने लगना बुरी बात है। उससे बातें करने के पूर्व यह जानलो कि उसे कोई

जरूरी काम तो नहीं है ? वह आपसे बातचीत करने के लिए समय देने को तय्यार है या नहीं ?

(१६)

किसी भी मिलनेवाले के घर व्यर्थ पहुचकर उसका समय बर्बाद न करो। आपके पास समय फालतू है तो इसका यह अर्थ नही है सभी लोगों के पास फालतू है। किसी भले आदमी के यहाँ, जिसे फुर्सत कम मिलती हो धरना देकर फिजूल बैठे रहना या उससे बाते करना असभ्यता है।

(१७)

कुए आदि जलाशयों पर जूते पहने हुए नहीं जाना चाहिए। खास करके पनघट का तो बहुत ही ध्यान रखना चाहिए। ऐसे सार्वजनिक स्थानों पर ऐसा और भी कोई काम न करो जिससे वहाँ गन्दगी फैले, दूसरे लोगो का कष्ट हो या किसी प्रकार की असुविधा हो।

(१८)

पवित्र स्थानो मे जूते वगैर पहने नहीं जाना चाहिए। भले हो आप उस स्थान की इज्जत करते हो या नहीं। यावनी सभ्यता, रोजे, मकबरे, और मसजिदो मे पाँवों मे जूते पहने हुए जाने से रोकती है। हाँ, हाथों मे जूतियाँ लेकर आप सर्वत्र घूम फिर सकते है। आर्य-सभ्यता मे यह बात नहीं है। जूतियाँ दूर रखकर हिन्दुओ के पवित्र स्थानो मे घूमा फिरा जा सकता है। ईसाईयों के पवित्र स्थानों मे आप जूते पहनकर जा सकते है, लेकिन टोपी उतारनी पड़ती है।

(१९)

प्राय: देखा जाता है कि कई स्थानो मे, जैसे म्यूजियम, कोर्ट आदि मे अंग्रेजी ढग के जूते, बूट वगैर पहिनकर जानेवालों के लिए कोई रोक-टोक नहीं होती, और भारतीय ढग की जूतियाँ पहनकर जानेवालों को रोका जाता है और उनकी जूतियाँ निकलवालेने के बाद ही उन्हे अन्दर जाने दिया जाता है, यह सभ्यताभिमानी लोगो द्वारा होनेवाली असभ्यता है।

(२०)

कई स्थानो मे जूतो की भाँति ही मोजे पहन कर भी जाना मना है। इस लिए यदि पवित्रस्थानो को आदर देने के लिए जूते उतारे जावे तो मोजें भी निकालदेना चाहिए।

(२१)

देवमन्दिरों मे प्रवेश करने के पूर्व जूते, मोजे, लकडी, छाता वगैरः चीजे मदिर के बाहर ही छोड देनी चाहिए।

(२२)

जूते खोलने मे यदि हाथो की सहायता ली गई हो तो हाथो को धोडालना चाहिए। आजकल लोगों मे यह बात देखने मे आती है कि बिना किसी झिझक या घृणा के जूतों को हाथ मे उठाकर पैरो मे पहन लेते है। जिस जगह रखे हों वहाँ से उठाकर दूसरी जगह पहनते है। ये सभी बाते भारतीय-सभ्यता के विरुद्ध है।

(२३)

रेलगाडी मे अथवा ऐसी ही दूसरी सवारियों मे जिनमे बिना

किराया दिये नहीं बैठने दिया जाता, मुफ्त मे बैठकर जाना या बैठने का प्रयत्न करना एक प्रकार से चोरी है।

(२४)

ऐसे स्थान या सवारियाँ जिनमे पैसे देकर प्रवेश किया जाता हो, बिना पैसे दिये नहीं घुसना चाहिए और जिस दर्जे का टिकट लिया हो या किराया चुकाया हो उसी दर्जे मे बैठना चाहिए। ऊंचे दर्जे म बिना उतना पैसा दिये बैठना, या बैठने की चेष्टा करना भी चोरी है।

(२५)

किसी पाठशाला मे पहुचकर पढानेवाले अध्यापक से अकारण ही बहुत देर तक बातचीत करना अनुचित है। विद्यार्थियो को पढाते समय अध्यापक से इधर-उधर की बाते लडानेवाला व्यक्ति, और ऐसे गप्पी मनुष्य के साथ बाते करनेवाला अध्यापक-दोनो असभ्य है। जो काम पत्र द्वारा हो सकता है उसके लिए अध्यापक के पास पहुच-कर उसका समय न बर्बाद करो।

(२६)

तलावों, नदियों, कुओ, बावलियो और ऐसे ही अन्यान्य जलाशयो मे कचरा कूडा, लकडी, ककर, पत्थर, धूल मिट्टी वगैर' न डालो।

(२७)

किसी दूसरे की खोई हुई वस्तु दवयोग से यदि आपको मिलजाय तो उसके मालिक का पता लगाकर उसे लौटा दो। यदि उसके मालिक का पता न लग सके तो उस वस्तु को अपने पास मत रखो। उसे किसी ऐसे

सार्वजनिक उपयोगी संस्था के सिपुर्द करदो या किसी सरकारी दफ्तर मे जमा करदो जहाँ से उसका मालिक पता लगने पर प्राप्त कर सके।

(२८)

यदि आप किसीके मकान मे घुस गये हों और अन्दर जाने पर मालूम हो कि मकान मे कोई नहीं है—सूना पड़ा है तो ऐसी हालतमे वहाँ से तब तक न लौटो जबतक कि कोई आदमी वहाँ न आजावे। अथवा अन्दर पहुचकर ऐसा कोई शब्द करदो जिससे आपका आना सूचित हो जावे।

(२९)

किसी के मकान मे घुसने के पूर्व मकान-मालिक से अन्दर घुसने की आज्ञा प्राप्त करो, बाद मे प्रवेश करो। बिना पूछे-ताछे अंधा-धुन्ध अल्हड़ की तरह घुसते चलेजाना असभ्यता है।

(३०)

किसीक घर मे पहुचकर या बैठ बाते करते समय यदि किसी दर्वाजे पर पर्दा वगैर लटक रहा हो तो उस ओर घूरकर मत देखो। यदि उस ओर दृष्टि साधारणतया चली भी जावे तो तत्काल हटालो। पर्दे और चिक वगैर प्राय घरों के अन्दर वहीं लगाए जाते है जहाँ स्त्रियों का आनाजाना रहता है।

(३१)

यह मालूम होने पर कि घर के अमुक भाग मे स्त्रियाँ रहती है, उधर से आँखे हटालो, मुहँ फेरलो या उधर पीठ करके बैठ जाओ।

(३२)

कथा, उपदेश व्याख्यान वगैरः जहाँ होरहे हो, वहाँ जानबूझकर या अनजाने किसी प्रकार का शोर-गुल मचाना,अथवा गाना-बजाना, नासमझों का काम है।

(३३)

जहाँ कथा, उपदेश, व्याख्यान, ज्ञानचर्चा हो रही हो वहाँ बातचीत करना, या कानाफूसी करना असभ्यता है। सभ्य लोग चुपचाप बैठे सुनते है।

(३४)

किसी बात को बिना सोचे विचारे मुहँ से मत निकालो। जो बात कही जाय उसे निष्फल न जाने दो। अर्थात् ऐसी बात न कहो जो व्यर्थ हो। जो लोग बढकर बाते बनाया करते है उनकी बाते पूरी नहीं पड़तीं अतएव अपनी धारणा से सदैव कम बातें कहने मे ही हित है।

(३५)

दुष्ट पुरुषों, तथा हलके विचारवाले लोगों की नौकरी न करो। यदि नौकरी ही करना है, तो शिष्ट, उदार, विद्वान, धार्मिक, सदाचारी और कुलीन मनुष्यों की ही करो।

(३६)

नीच हृदय मनुष्यो से दूर रहो। ये बड़े ही भयानक और घातक होते हैं। स्वार्थ तक ही ये साथी रहते हैं। इनका अन्तः करण अत्यन्त कलुषित और कमीना होता है। दुष्टों के साथ रहने से

ही मनुष्य असभ्य होजाता है। तुलसीदासजी ने तो यहाँतक कह दिया—

"दुष्टसग जनि देहु विधाता—
याते भलो नरक कर वासा।"

(३७)

गधे, कुत्ते, गऊ, बैल, भैस आदि की सवारी न करो। मनु ने कहा है.—

"गवाचयान पृष्ठेन सर्वथैव विगर्हितम।"

(३८)

नदी के किनारे, ताल के किनारे, कुए या बावली के पास, रास्ते मे या रास्ते के पास, फल-फूलवाले वृक्षों के नीचे, सूने घर मे, पुराने खण्डहरों मे, श्मशान मे और दूसरे पवित्र स्थानो मे भूलकर भी पाखाना पेशाब न जाओ।

(३९)

कहीं भी प्रवेश करने के पूर्व, यदि वहाँ कुछ लिखा हो तो उसे पढो। यदि उसके किसी नियम मे आप आते हो तो उसका अच्छी प्रकार पालन करो, अन्यथा आगे मत बढो।

(४०)

किसी अजायब घर, म्यूजियम, अथवा कल कारखाने को देखने की इच्छा हो तो, पहले उन स्थानो के नियमो को जानलो। तत्पश्चात् प्रवेश करो। ऐसे स्थानों के नियम प्राय· प्रवेशद्वार पर लगे रहते हैं। या वहाँ के 'ऑफिस' से मालूम किये जा सकते है।

(४१)

जो मनुष्य सभ्य होना चाहता है, उसे अपने खुद के दोषो को हमेशा देखते रहना चाहिए और उन्हे हटाने का प्रयत्न करते रहना चाहिए। जो ऐसा नहीं करते वे असभ्य हो जाते है। अपने ऐबों का दण्ड अपने आप लेना चाहिए। जो लोग दूसरों को सभ्य बनाना चाहते है उन्हे स्वय सभ्य बनना चाहिए। खुद की आत्मशुद्धि मे ससार स्वय सुधर जायगा।

(४२)

तरुण पुरुष को चाहिए कि युवतियों को और बालिकाओ को पढाने का काम अपने हाथ मे कदापि न ले। शास्त्र इस ओर से बहुत सतर्क है। उन्होने जवान माता और पुत्र को तथा भाई और बहिन को भी एकान्त मे बाते करने मे मना किया है।

(४३)

जो मर रहा हो,या मर चुका हो उसका या उसके शव का किसी प्रकार अपमान न करो। बल्कि सभ्यता यह है, कि उस समय उसके साथ उत्तम से उत्तम व्यवहार करो।

(४४)

दु:ख मे, या आपत्ति मे फसे हुए अपने शत्रु को भी मत सताओ। बल्कि ऐसे समय मे यथासंभव सच्चे मन से जो भी सहायता आप उसकी कर सकते हो करो।

(४५)

फूलों को देखकर सभी का जी उनको तोडने के लिए ललचा

जाता है। परन्तु क्या उनका यह सदुपयोग है ? फूल तो वृक्ष मे ही भले मालूम होते है। अनावश्यक उन्हे तोडकर, उनके अधिक दिनतक स्थायी रहनेवाले सौन्दर्य को शीघ्र ही नष्ट न करो।

(४६)

सड़कों के आसपास, अथवा बागीचों मे लगे हुए वृक्षों के पत्तों को बेत छडी आदि से अपनी चञ्चलता का शिकार न बनाओ। और न ऐसे सार्वजनिक स्थानों के वृक्षो से दतौन आदि तोडकर उनकी शोभा ही नष्ट करो।

(४७)

अपढ मनुष्यो को देखकर उनका निरादर मत करो। सभ्यता की कसोटी अक्षर-ज्ञान नही बल्कि सदाचार है। आप देखेंगे कि कितने ही अपढ मनुष्य बडे ही सभ्य और शीलगुण-सम्पन्न होते है, और कितने ही पढे लिखे अभिमानी ओर असभ्य। इसलिए सभी से आदर एव सभ्यतापूर्वक व्यवहार करना चाहिए।

(४८)

चोरी, व्यभिचार, जुआ, ठगी, फूट, कपट,आदि निन्द्य काय देश की सभ्यता को कलङ्कित कर देते है। अतएव इन दुष्कर्मों से प्रत्येक मनुष्य को बचना चाहिए।

(४९)

बच्चों को चाहिए कि वे अपने घर की कोई वस्तु कभी भी न चुरावे, वर्ना आगे चलकर चोरी की आदत पड जावेगी। जो आदत छुटपन मे पडजाती है वह बडे होने पर शायद ही छूटती है। पैसे

चुराकर मिठाई खाने या चाट खाने की यदि बचपन मे लत पडगई तो बडे होनेपर भी चटोरापन नहीं जावेगा। यदि बडे होने पर आमदनी कम हुई तो अपनी आदत के अनुसार चोरी करके दोने चाटोगे। चोरी न की तो जुआ वगैर' दूसरे पापकर्मो द्वारा पैसा प्राप्त करने की कोशिश करोगे। इसतरह पूरे असभ्य बन जाओगे। इसलिए बचपन से ही किसी तरह की खराब आदत मत डालो।

(५०)

ऊपरी तडक-भडक की अपेक्षा भीतरी सद्गुणों को बढाने से ही मनुष्य सभ्य बनता है। 'अपटू डेट' फेशन देखकर शेर की खाल मे गदहे की तरह कोई थोडी देर के लिए अपनेको सभ्य मान सकता है। परन्तु सद्गुणों का सिक्का हमेशा के लिए जम जाता है। अत. सच्चे सभ्य बनने के लिए अपनेमे गुणो की वृद्धि करना चाहिए। वे मूर्ख है जो वेशभूषा मे अपनेको सभ्य सिद्ध करने की चेष्टा मे रहते है।

(५१)

कभी बेकार न बैठो। उपयोगी कार्य करते रहो। बेकारी मनुष्य को असभ्य बनाती है। बेकार राजा भी अपमानित होता है। अपने पुरुषार्थ का सदुपयोग करो। अपना यह नियम बनालो कि जिस काम मे हाथ डाला जाय उसे पूरा ही करके छोडा जाय। अधूरे अधूरे काम करना असभ्यता है। सौ काम अधूरे करने की अपेक्षा एक काम पूरा करनेवाला व्यक्ति श्रेष्ठ है।

(५२)

कसम खाने की आदत भूलकर मत डालो। तेरी कसम, गंगामाई

की सौगन्ध, राम दोहाई, मेरे गले की कसम, खुदाकी कसम, कलाम की पाक की क़सम, इत्यादि कसमे खाने की आदत डालना बुरी बात है। इसी प्रकार किसी से बातचीत करते समय "सच मानिए", "मै सच कहता हू" इत्यादि वाक्यों का प्रयोग करना भी ठीक नहीं है।

(५३)

मनुष्य को अपना व्यवहार और बातचीत का ढग ऐसा रखना चाहिए कि सत्यता की दुहाई देने की अथवा कसमे खाने की जरूरत ही न पड़े। जो लोग हमेशा सत्य बोलने का ध्यान रखते है उनकी बातो पर सभी लोग विश्वास करते है। सत्यवादी सभ्य होते हैं, और मिथ्यावादी असभ्य।

(५४)

जिनके पास सत्ता है, उन्हे अपने अधिकारो का दुरुपयोग करके असभ्यता नहीं प्रदर्शित करनी चाहिए। सत्ता का उपयोग किसीके नाश के लिए करना असभ्यता और रक्षा के लिए करना सभ्यता है। जिनके कारण सत्ताधीश बने हो उन्हीं पर प्रहार करना नितान्त असभ्यता है। सत्ता पाकर कई लोग इतरा जाते है और उसका दुरुपयोग करने लगते है। सभ्य वही है जो सत्ता पाकर भी अपनेको जनता का क्षुद्र सेवक समझता है।

"नमन्ति सफला वृक्षा नमन्ति सुजना जना।
शुष्क काष्ठच मूर्खच न नमन्ति कदाचन।"

(५५)

यदि आप सरकारी कर्मचारी है तो व्यर्थ ही, किसीके दबाव

से अथवा अपनी इच्छा से किसी पर जुल्म न करो। केवल पेट भरने के लिए मनुष्य, मनुष्य पर जुल्म करे—अपने भाई को सतावे यह घोर अन्याय है।

(५६)

वे लोग तो और भी ज्यादा असभ्य है जो रिश्वत लेकर न्याय-अन्याय—उचित-अनुचित कार्य करते है, पैसों के लोभ मे पडकर बुरे से बुरा काम करने पर उतारू होजाते है। बिना रिश्वत के किसीका काम नहीं करते। ये रिश्वतखोर कभी-कभी तो कुछ पैसो के लिए मनुष्य प्राणो की बाजी लगा देते है।

(५७)

कुए मे, गड्ढे मे, या रेल वगैर सवारियों की खिडकियो मे से बाहर की तरफ टाँगे निकालकर कदापि मत बैठो।

(५८)

जब कभी किसीसे वादा करो तो उसको पालन करने के बारे मे खूब सोच विचार लो। ऐसा वादा जिसे पूरा न किया जासके। कभी किसी से न करो। जो अपने वचनो का पालन करता है वही सभ्य है। जो वादा खिलाफी करता है वह मनुष्य नहीं कहा जा सकता। याद रखो—

"प्राण जाय वरु वचन न जाई।"

(५९)

समाज की सुविधा और सुव्यवस्था के लिए बनाए हुए नियमो का कभी मजाक न करो। इससे तुम्हारा छिछोरपन जाहिर होता है,

और लोगों मे उन नियमो पर से श्रद्धा उठजाती है, जिससे बडी ही अव्यवस्था उत्पन्न होने की सभावना रहती है।

(६०)

सडक के किनारे के फर्लांगों, मीलों, तथा ऐसे ही दूसरे सूचनार्थ लगाए हुए चिन्हो अथवा बोर्डों को खराब मत करो। क्याकि यह सब कुछ मनुष्य समाज के हित के लिए रखे गए है। ऐसे सार्वजनिक उपयोगी चिन्हों को बर्बाद करना या बिगाडना असभ्यता है।

(६१)

मुखसे गन्दे शब्द कभी न निकालो। गन्दी बातों के उच्चारण से समाज मे गन्दे भावो का उत्पत्ति होती है। यह मौखिक गन्दगी, मानव-समाज के मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को नष्ट कर देती है। गन्दे वचनो का बडा ही भयानक प्रभाव होता है। भावी पीढियो को भी इसका कुफल सहना पडता है। वह व्यक्ति कितना असभ्य है जो अपने कलुषित भावो का, दीवारो पर, धर्मशालाओं मे, सरायो मे, सूने स्थानो मे, मदिरो मे, पाखानो मे, रेल के डिब्बो मे, लिखकर प्रकट करता है। ऐसी चेष्टाएँ प्राय मूर्ख और असभ्य लोग ही करते है। कुओं मे, जलाशयों मे, गन्दी और विषली वस्तु डालनेवाले को दण्ड मिलता है, परन्तु ऐसे असभ्यों को कितना दण्ड मिलना चाहिए जो ऐसी कलुषित बाते कहकर या लिखकर वाता-वरण को दूषित करता है और समाज मे गन्दगी फैलाता है।

३

सामाजिक व्यवहार

"सभ्यता उस आचरण का नाम है, जिसमें मनुष्य अपना कर्त्तव्य-पालन करता रहता है। नीति का पालन करना अपने मन और इन्द्रियों को वश में रखना है। ऐसा करने से हम अपने को पहचान सकते हैं। यही सभ्यता है, इसके विरुद्ध जो है वह असभ्यता है।"

—महात्मा गांधी

(१)

जब कोई व्यक्ति अपने घर आया हो, और उसके पास बैठने का अवसर आवे तो बैठने उठने की ओर विशेष ध्यान रखना चाहिए। हाथ पैर फैलाकर बेहूदे ढंग से कभी न बैठो। टाँगे फैलाकर, टाँग पर टाँग रखकर, पैरों मे आँटी डालकर, बैठना बुरा है।

(२)

जब कोई अपनेसे बड़ा, इज्जतदार, विद्वान आदमी सामने बैठा हो तो इस ढग से कभी न बैठो, जिसमे घमण्ड या हेकड़ी दिखाई

पड़े। पलथी लगाकर, एक पाँव की जाघ पर दूसरे पैर का टखना रखकर बैठना असभ्यता है। अपने पूज्य और गुरुजनो के सामने इस ढग से बैठो जिसमें विनय और नम्रता मालूम पडे।

(३)

अपनेसे बडे, आदरणीय और मान्य पुरुषों के आगे कभी उच्च स्थान पर न बैठो। इस बात का ध्यान घर के लोगो के साथ व्यवहार करते समय भी रखो। अर्थात् घर के बुजुर्गों के सामने भी नीचे आसन पर बैठो।

(४)

जँभाई लेते समय अपना हाथ या रूमाल वगैर अपने मुँह के सामने करलो और जभाई के समय मुंह से किसी प्रकार की आवाज न करो। यदि बोलने की आदत ही हो तो कोई शुभ, पवित्र, एव कर्णप्रिय शब्द का उच्चारण करना उचित है, जैसे "ओ३म्" "शान्ति." इत्यादि। कई लोग जभाई के समय चुटकियाँ बजाने लगते है। यह व्यर्थ सी आदत है।

(५)

छींकते समय भी नाक और मुह के आगे रूमाल लगा लेना चाहिए। किसी आदमी या किसी वस्तु की ओर छींक देना असभ्यता है। छींकते समय मुँह से थूक वगैर उडता है, अतएव इस बात का ध्यान रखो कि वह किसी व्यक्ति पर या किसी वस्तु पर न गिरने पावे। छींकते समय किसी प्रकार का कर्ण कटु शब्द न होने दो बल्कि किसी पवित्र, उत्तम अथवा शुभ वचन का प्रयोग करो।

कई लोग छींक के बाद "शतजीव" वाक्य भी बोलते हैं। एक समय ऐसा रोग चला था कि मनुष्य छींकते-छींकते मरजाता था। तभी से "शतंजीव" का प्रयोग आरभ हुआ। अब इसका कोई अर्थ नही है।

(६)

छींकने के बाद फौरन अपना मुह नाक वगैर· कपड़े से पोछ डालना चाहिए। क्योकि छींकते समय उडा हुआ थूक ओठों और मूछों आदि पर लगा रह सकता है। यदि कपडे आदि पर उड़कर थूक या कफ वगैरः गिरा हो तो उसे फौरन साफ कर देना चाहिए।

(७)

छींक को कई पुराने विचार के हिन्दू अशुभ मानते है। छींक के कारण किसी कार्य का आरंभ करते हुए या यात्रा आदि से रुक जाते हे, ऐसे समय आपको यदि छींक आती हो तो आप उसे रोक ले तो अच्छा हो। परन्तु यह भो न भूलिए कि छींक के वेग को रोकने से कई रोग पैदा होते हैं।

(८)

कई लोग जान बूझकर, किसीको चिढाने के लिए उसके चलने पर या शुभ काम के समय छींकते है। यह छींक यद्यपि नकली होती है तथापि असली के समान ही होती है। इस प्रकार की असभ्यता का व्यवहार किसीके साथ नहीं करना चाहिए।

(९)

छींक या जभाई लेनेवाले को चमकाकर, अथवा किसी दूसरे उपाय से उसके वेग को रोकना असभ्यता है। कई लोग जंभाई

लेनेवाले के मुँह मे, जब वह मुँह फाड़ता है, कुछ डाल देते हैं, यह असभ्य मजाक है।

(१०)

पान चबाकर उसका पीक थूकते समय विशेष ध्यान रखना चाहिए। हर कहीं थूकदेना ठीक नहीं, इस बात का भी ध्यान रखना चाहिए कि पीक या उसके छींटे किसी दूसरे पर न गिरने पावे। पीक थूककर मुंह पोंछ लेना चाहिए, क्योंकि थूकते समय ओठो या मूछों मे लगा रह जाना सभव है।

(११)

साधारण दशा मे, किसी आदमी को सीटी बजाकर बुलाना बदमाश और गुण्डे मनुष्यो का काम है। बाजारों या गलियों मे जो लोग मुँह से सीटी बजाते हुए आते-जाते रहते हैं वे असभ्य हैं। जहाँ स्त्रियाँ बैठी हो या खड़ी हो वहाँ भी सीटी बजाना या और कोई इस प्रकार का शब्द करना असभ्यता है।

(१२)

बाजार मे चलते समय इधर-उधर देखना, गलियो मे घूमना, और घरो के ऊपर की खिड़कियो और छज्जो की ओर नहीं देखना चाहिए है।

(१३)

यदि कोई परिचित सज्जन कहीं मिल जावे तो उनकी ओर से अभिवादन की राह न देखकर, पहले आप अभिवादन करो।

(१४)

दिन छिपते समय और सूर्योदय के समय सोना, खाना, पीना और रोना बुरी बात है।

(१५)

ऐसी हंसी मजाक न करो जो किसीको बुरी मालूम हो। दूसरे की बुराइयों पर न हसो। सज्जनता तो इसमे है कि, एकान्त मे आप उसे उसकी बुराइयाँ समझा दे। इससे आपका, उसका और समाज का भी कल्याण होगा।

(१६)

वह सत्य किसी भी काम का नही, जिससे किसीको लाभ न पहुचे और प्रेम की वृद्धि न हो। यदि आपके सत्य से ये बाते नहीं होतीं तो समझ लो कि आपका सत्य दूषित है, हानिकर है। इससे तो मौन रहना ही अच्छा है।

(१७)

सवारो मे बैठे हुए, वृद्ध, रोगी, स्त्री, स्नातक, अधा, लँगडा, लूला, राजा और बोझा उठाए चलनेवाले के लिए रास्ता छोड दो।

(१८)

किसी दूसरे के घर जाकर अपने मनमाने व्यवहार न करो, बल्कि गृहपति की सुविधाओ का और उसके बनाए हुए नियमो का अच्छी तरह ध्यान रखो।

(१९)

शरीर की अधिक सजावट, तेल मागपट्टी, जेवर, तिलक, छापे,

इत्र, फुलेल, भडकीली पोशाक वगैरः छिछोरपन एवं अज्ञानता के सूचक है। तडकभडक को ओछे आदमी अधिक पसन्द करते है। सभ्य पुरुष सादगी पसन्द होते है। सादगी मे ही सभ्यता है।

(२०)

समय की इज्जत करो। अपना प्रत्येक कार्य ठीक वक्त पर करने की आदत डालो। जो मनुष्य समय का आदर करता है, ससार उसका आदर करता है। अपने घरू काम भी वक्त पर करो। सभा-सोसाइटियों मे समय पर पहुचने का अच्छी तरह ध्यान रखो। अपने जीवन का एक क्षण भी व्यथ न जाने दो। आप घड़ी का उपयोग समय की पाबन्दी के लिए करे। कलाई, जेब, अथवा अपने कमरे की शोभा के लिए घड़ी रखना व्यर्थ है।

(२१)

यदि आपसे कोई अपराध बना हो तो, निर्भयता पूर्वक उसे स्वीकार करो, और जरूरत हो तो तुरन्त ही उसके लिए क्षमा प्राथना कर लो। क्षमा का अर्थ यह न हो कि बार-बार अपराध करते जाना और क्षमा मॉगते रहना। जो लोग क्षमा मॉगने पर छुटकारा पाजाने के उद्देश से अपराध करते है, वे दोपी है।

(२२)

किसीकी धरोहर (अमानत रखी हुई वस्तु) का बिना उसके मालिक की स्वीकृति के काम मे मत लाओ। बहुत से लोग गिरवी रखी हुई वस्तु को काम मे लाते है, और अच्छी कीमत मिलने पर बेच भी देते हैं, यह बुरी बात है।

(२३)

जब अपना कोई शुभचिंतक आपको कोई उपदेश दे तो उसे ध्यान पूर्वक सुनो, और इस कृपा के लिए उसके प्रति हार्दिक कृतज्ञता प्रकट करो। उस समय अल्हडपन दिखाना, हसना, या लापरवाही प्रदर्शित करना उद्दण्डता है।

(२४)

लोगों के आवागमन के स्थानो पर ऐसी वस्तुए न फेंको जो उनको कष्ट पहुचावे। कॉच के टुकड़े, कॉटे, टीन के टुकडे, फलो के छिलके आदि सार्वजनिक स्थानो पर न डालो। बबूल आदि कटीले वृक्षों की शाखा दतून बनाने के लिए काटते वक्त इस बात का ध्यान रखो कि उसके कॉटे ऐसे स्थानो मे न साफ किए जावे। जहाँ से लोग आते-जाते हो। यदि रास्ते मे कोई ऐसी हानि प्रद वस्तु कॉटा, कॉच वगैर पड़ दिखाई दे तो उन्हे हटा दो। नदी कुओ, तालाबो तथा दूसरे जलाशयो मे भी कॉच और कॉटे न डालो।

(२५)

मोटर, रेल, या ऐसी ही किसी तेज सवारी मे बैठकर बद्-माश लोग बाहर सडको के आसपास के लोगो को गन्दी गालियाँ देते है और गन्दे सकेत भी करते है। यह काम एक दम तिरस्कार योग्य है। भले आदमी कभी ऐसा नही करते।

(२६)

इसी प्रकार जिस सवारी के रुकने का भय न हो, जैसे रेल मे बैठे लोगों को भी गन्दे सकेत करनेवाले भी असभ्य होते है। अक्सर

देखा जाता है कि रेलवे लाइन के किनारे खडे कई दुष्ट लोग रेल में बैठी सवारियों को गन्दे सङ्केत करते है। उन्हे माँ-बहिन किसीकी लज्जा नहीं होती। ऐसे लोग पशुओ से भी गए बीते हैं।

(२७)

स्नान करते या कपड़े धोते समय इस बात का हमेशा ध्यान रखो कि, आसपास के मनुष्यो पर या वस्तुओ पर छींटे न गिरे।

(२८)

ऐसे शब्द अथवा वाक्यो का उपयोग करना असभ्यता है, जिनको सुनकर लज्जा उत्पन्न हो। कई लोग बातचीत करते समय ऐसे गन्द शब्द काम मे लाते है जिनसे सुननेवालों को शर्म आती है। हमेशा पवित्र वाणी बोलने का ध्यान रखो।

(२९)

कभी भूलकर भी जुआ न खेलो। जुआ बडा ही घातक खेल है। लोभ मे आकर मनुष्य जुए मे न जाने कैसे पाप कर बैठता है। जुए की हार और जीत दोनो ही बुरी है। जुए ने बडे-बडे राज घरानो को मिट्टी मे मिला दिया। युधिष्ठिर का और नल का जुआ उन्हे कितना हानिकारक सिद्ध हुआ, इसे सभी जानते हैं। जिसमे हार जीत का दाँव अपने वश की बात न हो, उसे जुआ कहते है, फिर वह कैसे भी क्यो न खेला जाय।

(३०)

यदि आप किसीकी निस्स्वार्थ सेवा अपने तन, मन अथवा धन से कर सको तो अवश्य करो। मौका आने पर उसे न गँवाओ।

सेवा के बदले मे तत्काल या भविष्य मे कुछ पाने या लेने की आशा भूलकर भी न करो।

(३१)

किसीके यहाँ पहुँचकर, बिना मालिक मकान की अनुमति के किसो उच्चस्थान पर बैठने की कोशिश न करो। किसी ऊँचे या नीचे आसन पर बैठजाने मात्र से ही मनुष्य बड़ा या छोटा नही होजाता। महापुरुष धूल मे बैठकर भी छोटा नहीं होना और न मूर्ख अथवा अमान्य व्यक्ति किसी उच्च आसन पर बैठकर ही बड़ा हो सकता है। कौआ ध्वज-दण्ड के ऊचे भाग पर बैठकर भी उतनी शोभा और आदर नहीं पासकता, जितना कि एक हस किसो तालाब के किनारे कीचड़ मे शोभा पाता है।

(३२)

व्याख्यान देते समय अथवा नाटक आदि मे पार्ट करते समय, किसी व्यक्ति विशेष की ओर अथवा वस्तु या दिशा विशेष की ओर न देखते रहो। उस स्थान मे उपस्थित सब लोगो की ओर यथा समय देखते रहना चाहिए।

(३३)

व्याख्यान देते समय या नाटक आदि खलों मे अपने हाथ, पैर, मुख, आँख आदि अगों को अकारण ही न हिलाओ डुलाओ। जो एक्टिग मे अति (Over acting) करता है वह कुशल नहीं माना जाता है। व्याख्यान के समय टाँगे फैला करके खड़े होना, अकारण ही टेबल पर हाथो को छिछोरपन का सूचक है। सदा

इस बात का ध्यान रखो कि अपने किसी हाव-भाव मे अस्वाभाविकता न आने पावे।

(३४)

कई व्याख्यानदाता, व्याख्यान के आरंभ मे या अन्त मे स्वयं ताली बजाते है। ऐसा वे जानकर नहीं करते, परन्तु हो ही जाता है। यह ठीक नहीं है। इसका हमेशा ख्याल रखना चाहिए।

(३५)

अपने पुरुषार्थ मे अपना निर्वाह करो। पेट के लिए दीन बनकर टुकडे मांगना असभ्यता है आलस्य है।

(३६)

जो अपने ससुराल के बल पर अपना जीवन निर्वाह करता है, अथवा यश कीर्त्ति प्राप्त करता है वह आलसी है। स्वपुरुषार्थ द्वारा निर्वाह करनेवाला और यशोपार्जन करनेवाला ही पुरुषार्थी है।

(३७)

सभा-सोसाइटियो मे अपना मत बहुत सोच समझ कर ही प्रकट करना चाहिए। बिना सोचे-समझे विचार प्रकट करने की जल्दी न करो।

(३८)

वह व्यक्ति भी असभ्य है जो सभा-सोसाइटियों मे उचित बात का समर्थन न करके अनुचित का पक्ष लेकर अपना मत प्रकट कर देता है। मत उचित होना चाहिए, फिर भले ही उसका कोई पोषक न हो। वह अकेला ही हो।

(३९)

नशेबाजो की संगति नहीं करनी चाहिए। भगेडी, गँजेडी, अफीमची, शराबी, मदकची, चण्डूबाज कदापि सभ्य नहीं हो सकते। क्योंकि इनकी बुद्धि नशे के अधिकार मे होती है। विवेक-बुद्धि भ्रष्ट हो जाने पर कोई भी सभ्य नही रह सकता। नशे बाजों को सुमार्ग पर लाने की सदिच्छा से थोडी देर के लिए उनसे मिलना बुरा नहीं है, किन्तु इसके पूर्वअपने मन को खूब मजबूत कर लेना चाहिए। कही ऐसा न हो कि उनका सुधार करने मे अपना ही बिगाड हो जाय।

(४०)

जो व्यक्ति सभ्य है, जो देश और समाज के शुभचिंतक है उन्हे बदनाम करने अथवा उनके कामो मे आडे आनेवाले लोग नितान्त असभ्य होते है।

(४१)

अकारण ही किसी सभा-सोसाइटी या समाज से एक दम उठकर चलदेना असभ्यता है। यदि अवकाश नही हो तो आना ही नहीं चाहिए। यदि आप ओर जल्दी चले जाना है तो ऐसी जगह बैठो जहाँ से उठकर चल देने मे किसीको बुरा न मलूम हो।

(४२)

अधिकाश लोग कथा-वार्ता, व्याख्यान, उपदेश, मौलूद, वाज, आदि मे पहुंचकर ऊंघने या सोने लग जाते है। यह अनुचित है। यदि वहाँ जाकर सोना ही है तो अपते घर पर ही सो रहो। यदि वहाँ नींद आने लगे तो उठकर अपने घर चलदो।

(४३)

होली के दिनों में बहुतेरे लोग गन्दी बाते बोलकर बड़े और सभ्य मनुष्यों का अपमान करना अपने जीवन का एक उद्देश्य मान लेते है। इतना ही नहीं वे अपने को उस वक्त बडा ही होशियार और उस मण्डली का बहादुर नेता समझते है। यह असभ्यता है। कभी भी गन्दे शब्द बोलना नितान्त असभ्यता है।

(४४)

दीपक यदि बुझ जाय तो उसे "बुझ गया" न कहो। बल्कि, "होगया", "गुल हो गया", "ठण्डा हो गया", "शान्त हो गया" आदि वाक्य प्रयोग करो। "बुझ गया" शब्द दीपक के लिए प्रयोग करना अशुभ समझा जाता है।

(४५)

लाइब्रेरी या पुस्तकालय मे जाकर उस पुस्तक या समाचार पत्र को जिसे कोई दूसरा व्यक्ति देख रहा हो लेने की चेष्टा न करो। जब वह उसे रखदे तब आप उठाकर देखो। यदि आपको उसकी अत्यन्त आवश्यकता हो तो विनीत भाव से माग लो।

(४६)

सभा-समाज मे अपने पद, प्रतिष्ठा, मान और उम्र के अनुसार पहले ही से अपना स्थान देखकर बैठो। ऐसी जगह भूलकर भी न बैठो, जहाँ से उठने का मौका आवे। तुलसीदासजी ने लिखा है—

"तुलसी तहा न बैठिए जहँ कोउ देय उठाय।"

(४७)

सभा-सोसाइटियों मे इस ढंग से बैठो कि किसी दूसरे को आपके द्वारा असुविधा तथा कष्ट न हो। यदि किसीको आपसे कोई असुविधा अथवा कष्ट होरहा हो तो उसे दूर करने का भरसक प्रयत्न करो।

(४८)

वेश्याओं के नृत्य मे अथवा ऐसे समाज मे जहाँ वेश्याएँ हों जाना बेशर्मी और असभ्यता है। यदि कहीं मार्ग मे वेश्या-समाज एकत्र हो तो वहाँ भूलकर भी न ठहरो। अपने वेश्या-प्रेमी मित्रों के अनुरोध को मानने की सभ्यता न करो। ऐसे जल्से और उत्सवो मे भी जाना असभ्यता है, जहाँ वेश्या का नाचना गाना हो।

(४९)

किसीके दुःख मे या मृत्यु आदि के समय उसके साथ समवेदना प्रकट करने के लिए बिना बुलाए ही पहुच जाओ। ऐसे समय तो शत्रुता त्यागकर, अपने महान शत्रु के भी दुख मे सम्मिलित होजाओ।

(५०)

बिना बुलाए किसी उत्सव मे न जाओ। यदि उस दिन, उस समय, उस ओर या उधर आसपास कोई आवश्यक कार्य भी हो तो टाल जाओ। भूलकर भी उधर से न निकलो।

(५१)

बाजार या गली मे, जहाँ स्थान कम हो और भीड़ खूब हो वहाँ अकारण मत ठहरो। ठहर जाने से लोगों के आवागमन मे रुकावट होगी। लोगों को कष्ट होगा, और आपको भी असुविधा होगी।

(५२)

नीचो की संगति से हमेशा दूर रहो। जिनके स्वभाव नीच है, वे अपने साथी को भी वैसा ही बना लेते है। नीच मनुष्यों के साथ देखकर लोग आपको भी बुरा समझने लगेंगे। कलाली मे जाकर भले ही आप शराब को छुएँ तक नहीं, परन्तु लोग सन्देह अवश्य करेंगे।

जिहि प्रसग दूषन लगै, तजिये ताको साथ ।
मदिरा मानत है जगत, दूध कलाली हाथ ।।

(५३)

किसी दूसरे मनुष्य के आगे, पत्नि से पति को, और पत्नि से पति को, प्रेमयुक्त भाषण अथवा हसी दिल्लगी नहीं करनी चाहिए।

(५४)

यदि कोई असभ्य व्यक्ति आपको चिढाने की इच्छा से कोई इशारा, अथवा कोई वाक्य उच्चारण करे तो आप उस ओर ध्यान न दे। यदि आपने ध्यान दिया तो ऐसे लोग और ज्यादा आपको कष्ट देंगे। इसलिए ऐसे लोगों के मुह न लगना ही ठीक है। क्योंकि —

"अगिन परी तृण रहित थल, आपुहिते बझि जाय।"

(५५)

बाजार मे पड़ी हुई रद्दी चीजों को बटोरते फिरना असभ्यता है। कई लोग सुतली के टुकडे, कीलें, बिरंजी, कागज, कौडी, फटे पुराने डिब्बे आदि पड़े देखकर उठा लेते है, यह ठीक नहीं।

(५६)

किसीकी गुप्त बात को, जो आप पर प्रकट नहीं करना चाहता

सुनने के लिए व्यग्र मत होओ। सुनने का प्रयत्न न करो। छुपकर भी न सुनो। छुपकर सुननेवालों की गणना नीचों मे होती है।

(५७)

किसी भी सस्था या सभा का सदस्य नाम या कीर्त्ति के लिए न बनकर, सेवा करने की इच्छा से बनना चाहिए।

(५८)

अपने घर मे मनुष्यो के नाम, यहाँ तक कि पशुओं के नाम भी प्यारे, मधुर और गुणयुक्त रखो। निरर्थक, वेहूदे और कर्ण कटु नामों को बदल देना चाहिए। नामों से कुल, जाति, प्रान्त और देश की सभ्यता का अनुमान लगाया जा सकता है। अच्छे नाम सभ्यता के सूचक है और बुरे नाम असभ्यता के द्योतक। अच्छे नामो से व्यक्ति को स्फूर्त्ति मिलती है। "प्रताप" नामधारी महाराणा प्रताप के यश कीर्त्ति से स्फूर्त्ति प्राप्त करेगा। "झब्बू" और "गप्पू" इत्यादि नामधारी किससे स्फूर्त्ति पावेगे ?

(५९)

किसी सभ्य व्यक्ति द्वारा मना किया जाने पर कोई बुरा कार्य न करो। कई लोगों मे आदत होती है कि जितना उन्हे किसी काम के लिए रोका जायगा, उतना ही वे उसे अधिक करेंगे। यह अनुचित है।

४

स्वच्छता

(१)

नाक साफ करते समय इस बात का ध्यान रखो कि जोर की आवाज़ न होने पावे।

२)

कई लोग रूमाम मे नाक छिनक लेते है, और फिर उसे जेब मे रख लेते हैं। रूमाल नाक पोंछने के काम मे आना चाहिए, न कि उसी मे नाक छिनक देने के।

(३)

नाक का मल, कफ, और थूक वगैरः जिनसे घृणा उत्पन्न होती है ऐसे स्थानों मे डालने चाहिएँ जहाँ लोगो की नजर न पड़े। आम रास्तो पर कदापि नहीं थूकना चाहिए। जो थूकना है वह असभ्य है। थूक, कफ वगैरः डालने के बाद उसे धूल डालकर फौरन ही ढाँक देना चाहिए। ऐसा न करने से बीमारी फैलती है।

(४)

पान या ज़रदा खाकर, उनका पीक दीवारों पर, कोनों मे, किवाडो की ओट मे, मन चाहा जहाँ नहीं थूकना चाहिए। दूसरे के घर इस बात का ध्यान विशेष रखना चाहिए।

(५)

लिखने के बाद अक्षरों को सुखाने के लिए स्याहीसोख (ब्लॉटिंगपेपर) की जगह अपने कपडे की आस्तोन या कपडे का अन्य भाग लगाकर नही सुखाना चाहिए। कई लोग दीवार से कागज को चिपका कर भो सुखाते है। कई लोग जमीन की मिट्टी खरोंच कर उस पर भुरकते है। ये सब क्रियाए आलस्य को सूचित करती है।ब्लॉटिंग पेपर या रेतो जो स्याही सुखाने के लिए काम मे लाई जाती है उसीका प्रयोग करना चाहिए।

(६)

मुहँ मे ॲगुली डालना, और दाँतो से नाखून काटना असभ्यता है। मनु ने कहा है—

' दन्तैर्नोत्पाटयेन्नखान् ।"

(७)

बारबार थूकना असभ्यता है। अकारण ही थूकते रहना ठीक नहीं। कई लोगों की आदत सी पड जाती है कि वे चाहे जहाँ, चाहे जब रात दिन थूकते ही रहते है। थूकने की आदतवालों को यहाँ तक देखा गया है कि जरूरी कामों के बीच-बीच में, सभा-सोसाइ-टियो से उठकर थूकने जाते है। यह आदत डालना उचित नहीं

है। स्वास्थ्य-विज्ञान वादियों का कहना है कि बार-बार थूकना स्वास्थ्य के लिए हानि प्रद है।

(८)

निद्रा से उठने के बाद, बिना मुह साफ किये किसी से न मिलो। क्योंकि निद्रितावस्थामे लार वगैरः के बहने से, आँखों मे कीचड आजाने से और नाक पर चिकनाई चमक उठने से सूरत कुछ बेढंगी बनजाती है।

(९)

सभ्य मनुष्यों के दाँत कभी मैले नहीं रहते। इसलिए दाँतों को हमेशा साफ रखो। जिसके दाँत गन्दे हैं उसका सारा सौन्दर्य एवं श्रृंगार व्यर्थ है। दाँतों को मिस्सी लगाकर उनकी सन्धियों को काला रखना, रातदिन पान चबाकर उन्हे लाल बनाए रखना ठीक नही है।

(१०)

भोजन करने के बाद, घी तेल वगैरः की चिकनाई से हाथ के नाखूनों में हल्दी या अन्न वगैर लगा रहता है, उसे अच्छी तरह धो पोंछ कर साफ कर डालना चाहिए।

(११)

कोई भी चीज खाने के बाद, अच्छी तरह पानी की कुल्ली करनी चाहिए। दाँतों को भली प्रकार साफ करना चाहिए। दाँतों मे चिपका हुआ अन्न छुडाकर मुहँ को खूब साफ रखना चाहिए। बिना अच्छी तरह मुहं साफ किये कहीं नहीं जाना चाहिए।

"नचोच्छिष्ट क्वचिद्व्रजेत्"

(१२)

रेल के डिब्बे मे किसी प्रकार की गन्दगी न करो। कफ, थूक, पानी, फलों के छिलके वगैर॰ फर्श पर न डालो।

(१३)

रेल के डिब्बे के बाहर थूकते वक्त, पानी फेंकते वक्त, या दूसरी कोई चीज फेंकते वक्त, चाहे ट्रेन चल रही हो या खडी हो, बाहर की ओर पहले देखलो। ऐसा न हो कि किसी मनुष्य पर तुम थूकदो या कचडाकूडा डालदो।

(१४)

रेलगाडी अपनी गति मे हो तब इस बात का भी ध्यान रखो कि थूक, पानी या दूसरी वस्तु जो डिब्बे के बाहर फेंकी गई हो ट्रेन मे बैठे हुए किसी मुसाफिर पर हवा के कारण न गिरजावे।

(१५)

मुसाफिरखानो, सरायो, धर्मशालाओं, और ऐसे ही दूसरे सार्वजनिक स्थानों को किसी भी तरह मैला और गन्दा न करो। यदि कोई दूसरा करता हो तो उसे नम्रतापूर्वक समझा कर रोक दो।

(१६)

पान खाने से दाँत गन्दे होजाते है, इसलिए, जब पान खाओ तब दाँतों को अच्छी तरह साफ करलो।

(१७)

बहुतेरे लोग 'पीकदान' अपने पास रखते है। उसे हाथ मे उठा उठा कर उसमे, पान जर्दा वगैरः का पीक थूका करते है। कई लोग

तो उसी पात्र के किनारे से अपने मुँह की लार तक पोंछ लेते है। और उसे गंदा बना देते है। आम तौर पर इसका इस्तैमाल ठीक नहीं है। बीमारी वगैर की निर्बल एवं असहाय अवस्था मे उगालदान का उपयोग करना ठीक हो सकता है। यों भी यदि साधारण अवस्था मे भी परिस्थिति वश करना ही पड़े तो उसे खूब साफ़ रखना चाहिए और फिनाइल आदि जंतुनाशक पदार्थों से उसे धोते रहना चाहिए।

(१८)

किसीके यहाँ यदि जाजम, फर्श, दरी, गालीचे वगैर: बिछे हों तो उसपर जाने के पूर्व इस बात का ध्यान रखो कि पैर गदे न हो। कहीं ऐसा न हो कि आप अपने गन्दे पैरों से बिछायत को गन्दी कर दो।

(१९)

बहुत से लोग फैशन रोग मे ग्रस्त होने के कारण जुर्राबे (मोजे) पहिनते है। गर्मी के मौसिम मे पसीना, धूल और चमडे के जूतों के संयोग से, यदि जुर्राबें नित्य धोकर साफ न करली जावे तो उनमे एक प्रकार की अत्यन्त तीव्र असह्य दुर्गन्ध पैदा हो जाती है। ऐसे लोग जब जूते खोलकर बैठते है तो, वे अपनी जुर्राबो की बदबू से आस पास के लोगों के दिमागों में बेचैनी पैदा कर देते है। एक बदबूदार जुर्राबवाला एक कमरे की शुद्ध हवा को गन्दी बना देता है। ऐसी जुर्राबे पहनकर, लोगों मे बदबू फैलाना, ठीक नहीं है।

(२०)

कुओं पर या जलाशयों के घाटों पर, कफ, थूक वगैर· न डालो, कुल्ली न करो, और मिट्टी वगैर· न फैलाओ।

(२१)

नदी, तालाब, बावली आदि जलाशयों मे कफ, थूक वगैरः न डालो। उन्हे गन्दा न करो। जिस जलाशय से लोग पीने का पानी लेते हों उसपर स्नान न करो और वस्त्र भी न धोओ।

(२२)

अपना घर हमेशा साफ सुथरा रखो। वस्तुओ को यथा स्थान व्यवस्थित रखना ही सफाई है और इधर-उधर बेतरतीब फैलाए रखना ही गन्दगी है।

(२३)

पाखाने मे आने के बाद जबतक आप अपने हाथ मिट्टी पानी से अच्छी तरह न धोलेवे तबतक किसी भी वस्तु को न छुओ।

(२४)

पाखाना जाते समय और पेशाब करते समय किसी से बातचीत न करो गीत न गाओ, इधर उधर न देखो, बिलकुल मौन और शात रहो।

(२५)

अपनी धोती या कुरते से हाथ, मुँह मत पोंछो बल्कि इस काम के लिए एक अलग कपडा रखो।

(२६)

भोजन करने बैठने के पहले अच्छी तरह अपने हाथ मुंह पैर वगैर· धो डालो। अच्छी तरह अपने दाँतो को साफ करो और खूब कुल्ली करो।

(२७)

जो बर्तन रात-दिन अपने काम मे आते हों, उन्हे माँजकर बिलकुल साफ रखो । उन्हे मैले मत रखो । पीले मत पडने दो हमेशा चमकते रहे । इसके लिए कभी-कभी कोई खटाई भी काम मे ली जा सकती है ।

(२८)

बर्तनो को राख से माँजकर रखने की अपेक्षा पानी से धोकर रखना अच्छा है । बर्तनो की ऊपरी चमक जितनी आवश्यक है उतनी ही अंदरूनी भी । इसलिए बर्तनो को बाहर भीतर से बिलकुल शुद्ध एवं स्वच्छ रखो ।

(२९)

हजामत (बाल) बनवाने के बाद स्नान अवश्य ही करना चाहिए । यदि कारण विशेष से स्नान न करें तो उन अगों को तो साफ करने ही चाहिएँ जहाँ बाल लगे हो । बाल बनवाने के बाद बिना अच्छी प्रकार सफ़ाई किये कहीं भी बाहर न जाओ, और न लोगों ही से मिलो ।

(३०)

मकान मे व्यर्थ की टूटी-फूटी रद्दी चीजों का अकारण ही संचय न करो । यदि कोई उन्हे माँगता हो तो दे दो, फेंकने लायक हों तो फेंक दो, काम मे लाने योग्य हो तो काम मे लाओ, या जला दो ।

(३१)

अपने घर को झाड बुहार कर बहुत ही साफ सुथरा रखो । था समय पोतकर और लीपकर भले आदमियो के रहने का सा

बनाए रखो। सभ्य पुरुषों के गन्दे निवास स्थान उनकी सभ्यता को बदनाम करते हैं।

(३२)

जिसतरह बाहिरी पवित्रता आवश्यक है। उसी तरह आन्तरिक अर्थात् मन की पवित्रता भी जरूरी है। ऊपर से साफ और अन्दर मे मैले—

"मन मलीन तनु सुन्दर कैसे—
विषरस भरा कनक घट जैसे ॥"

की उक्ति को चरितार्थ करते है। सभ्य होने के लिए, बाहरी और भीतरी दोनों प्रकार की पवित्रता आवश्यक है।

५

रहन-सहन

"अधिकार और भोग पाश्चात्य सभ्यता के आदर्श हैं। पूर्वीय सभ्यता का आधार कर्त्तव्य और त्याग पर है।"

—महात्मा हंसराज

(१)

कान मे इत्र का फाहा रखना असभ्यता है। कान का वह गढ्ढा, जिसमे लोग इत्र का फाहा रखते है, प्रकृति ने इत्र रखने के लिए नहीं बनाया है। कान मे इत्र रखना विलासी स्वभाव का परिचायक है। यदि इत्र ही लगाना हो तो कपड़ों मे लगा लेना चाहिए।

(२)

सिर और मुंह पर इतना ज्याद: तेल न लगाओ जो मालूम दे। बालों का और मुँह के चमड़े का रूखापन दूर करने के लिए बहुत ही हल्का तेल लगाओ। तेज गन्धवाला तेल प्रयोग करना भी ठीक नहीं है। इससे मन का हल्कापन और विलासिता प्रकट होती है।

(३)

अन्न को और विशेषत. भोजन के लिए तय्यार किए हुए अन्न को कभी भी पैर से मत ठुकराओ। पके हुए तय्यार भोजन को अथवा भोजन के पात्र को कभी पैर न छुआओ।

(४)

बर्तनों को उठाते या रखते समय उन्हे आपस मे खड़ा-खड़ाना ठीक नहीं। इस प्रकार रखो या उठाओ कि उनसे शब्द न हो। फूल आदि के पात्र मे यदि किसी के टकराने से ध्वनि उत्पन्न हो जावे तो उसे पकड़कर बन्द कर दो।

(५)

बर्तनो को पैरों से ठुकराना अनुचित है। भूल से भी उनको पैर न लगाओ।

(६)

बर्तनों को रखते समय, उन्हे जोर से मत पटको, ऊपर से ही न फेंकदो। रखने के लिए नीचे झुकने का कष्ट न सहकर ऊपर से ही पटक देना आलसीपन है।

(७)

दरवाजों, खिडकियो आदि के किवाडों को खोलते या बन्द करते समय उन्हे जोर-जोर से न बन्द करो। भड़ाभड़ न करो। यथासंभव बहुत ही धीरे से खोलो या बन्द करो।

(८)

कुर्सी, स्टूल, तिपाई, मेज चारपाई आदि (फर्नीचर) को इधर

उधर हटाते समय या रखते समय ज़ोर-जोर से पटकाभटकी या खींचातानी न करो।

(९)

बहुत से लोग हमेशा आँखों मे सुरमा या काजल लगाए रहते है। स्त्रियों तथा छोटे बालको के अतिरिक्त इस प्रकार सुरमे या काजल मे आँखों को स्याह रखना असभ्यता है। कामी और चरित्र हीन पुरुष प्रायः काजल या सुर्मा आँखो मे आँजते है। आँखो की खराबी के समय यदि किसी प्रकार का अंजन लगाया जाय तो कोई हानि नहीं।

(१०)

आँखों की दोनो भौहो के बीच मे काली या लाल पीले रग का आडी लकीर लगाना टुच्चे आदमियों का काम है। यह कामीपन का सूचक भी है।

(११)

पुरुषों को दाँतो मे मिस्सी लगाना असभ्यता है। मर्दों के मुह मे मिस्सी लग जाने से उनमे जनानापन सा मालूम होने लगता है।

(१२)

मर्दों को दाँतों मे सोने चाँदी की चोंप पहिनना या छेद कराकर सोने की कील बिठाना असभ्यता है।

(१३)

सोते समय इस बात का विशेष ध्यान रखो कि मुंह फटा न रहने पावे। कुछ दिनों तक कपडा बाँध रखने से मुंह बन्द रखने की आदत पड जावेगी।

(१४)

सोते समय इस बात का भी ध्यान रखो कि आप खर्राटे न भरने लग जावें। ध्यान रखने से आदत छूट जावेगी। करवट बदल लेने से तत्काल खर्राटे बन्द हो जाते हैं। इसी प्रकार सोते समय दांत चबाने (पीसने) की या बडबडाने की आदत हो तो भी उसे ध्यान रखकर छोडने का प्रयत्न करो।

(१५)

सोते समय इस बात का भी ध्यान रखना बहुत आवश्यक है कि आपका हाथ मूत्रेन्द्रिय या किसी गुप्त स्थान पर न हो।

(१६)

कई लोगों को बिलकुल नगे सोने की आदत पड जाती है। स्त्रियाँ प्राय नगी ही सोती है। नगे सोना ठीक नहीं है। कई लोग नींद मे चौक कर भागने दौड़ने लगते हे। ऐसी दशा मे यदि वह व्यक्ति नगा हुआ तो उसे कितना लज्जित होना पड़ेगा। मनु ने नंगे सोने का निषेध किया है—

"न च नग्न शयीतेह।"

(१७)

बिलकुल नंगे होकर ऐसी जगह स्नान न करो जो चारो ओर से बन्द न हो। जहाँ किसी की नजर पडने का जरा भी सन्देह हो वहाँ नग्न स्नान न करो।

(१८)

स्नान करते समय इस बात का भी ध्यान रखो कि गोपनीय

"तुलसी निज मनकी व्यथा, भूल न कहिए कोय ।
सूनि अठिलै है लोग सब, बाटि न लैं हैं कोय ॥"

(२९)

किसी भी काम के करने मे जल्दी न करो । खूब सोच समझ-कर, उसके परिणाम का ध्यान रखकर करो । क्योंकि—

"बिना बिचारे जो करे, सो पाछे पछिताय ।
काम बिगारे अपुनो, जगमे होत हँसाय ॥"

(३०)

अहकार मत करो । यह बहुत ही बुरी आदत है । अहकार से मनुष्य बिलकुल बर्बाद होजाता है । हाँ, अपना स्वाभिमान मत गवाओ । अहंकार और स्वाभिमान अलग-अलग है । अहकार से मनुष्य पतन होता है तो स्वाभिमान से उन्नति ।

(३१)

बहुत से लोगों को आदत पड जाती है कि बिना किसी दुःख या चिन्ता के ही लम्बी उसासें लिया करते है । यह बुरी आदत है । उसाँस के बाद 'हाय' शब्द अनायास ही मुहँ से निकल जाता है । यह बुरा है—इसे भुला दो ।

(३२)

पति-पत्नी को रात के समय बातचीत बहुत ही आहिस्ता आहिस्ता करनी चाहिए । ताकि कोई घर का या बाहर का अड़ौसी पड़ोसी न सुन ले । स्मरण रहे नीरव रात्रि में कानाफूसी भी बहुत दूरतक सुनाई पडती है ।

(३३)

व्यायाम, औषधि सेवन और मैथुन इन तीनों कामों को गुप्त रखने मे ही हित है। इन्हें दूसरों पर प्रकट करने में अपनी शेखी न समझो।

(३४)

मातापिता को उचित है कि जो बालक अपना भला-बुरा समझने का ज़रासा भी ज्ञान रखते हों, उन्हे अपने साथ बिछौनों मे लेकर कदापि न सोवें। ऐसे समय आपस मे हँसी दिल्गी या किसी प्रकार की अन्य कामचेष्टा भी नहीं करनी चाहिए। बच्चों को अबोध न समझो, वे सब कुछ समझते हैं। उनके हृत्पट पर आपके कार्यों का चित्र अङ्कित हुए बिना न रहेगा।

(३५)

अगर आपके हाथ मे छडी या बेत हो तो उसे घुमाना, हिलाना, फटकारना, अनुचित है। ऐसा करना मन की चचलता का द्योतक है। छडी से रास्ते के कुत्तों पर, पशुओं पर, तथा वृक्ष लतादि के पत्तों पर प्रहार न करो।

(३६)

मकान की सफ़ाई और सजावट, उसमे रहनेवाले मनुष्य के स्वभाव का प्रतिबिम्ब होता है। चतुर मनुष्य मकान को देखकर ही उसमें रहनेवाले के स्वभाव का अनुमान कर लेते है। घर यदि मैला है और चीज़ें अस्तव्यस्त इधर-उधर पड़ी है तो यह समझा जा सकता है कि इसमें रहनेवाला आदमी मैला और आलसी है। यदि

स्त्रियों के चित्र अधिक हों तो व्यभिचारी और महात्माओं के चित्र हों तो धार्मिक समझा जा सकता है। इत्यादि।

(३७)

रुपये पैसे को हाथ मे लेकर या जेब मे रख कर उन्हे बजाकर लोगों पर प्रकट करना असभ्यता है। जेब मे पड़े हुए रुपये पैसे यदि चलने के कारण स्वयं बजते हों तो उन्हे मत बजने दो। इसी प्रकार चाबियों के गुच्छे को लटकाकर बजाते हुए चलना भी ओछापन है।

(३८)

गरीबी असभ्यता नहीं है, और न अमीरी सभ्यता है। सभ्यता इनसे पृथक है। वह अमीर और ग़रीब दोनों के लिए समान है। मनुष्य को सदाचारी बनने का प्रयत्न करना चाहिए, जो सभ्यता की कुंजी है।

(३९)

दाद की बीमारी अधिकतर रानों मे ही होती है। दाद मे खुजली भी खूब और मीठी चलती है। कहा भी है—"बड़े भागसों मिलत है दाद, खाज अरु राज।" लेकिन किसी सभा सोसायटी मे बैठकर या व्याख्यान देते समय रानों को खुजलाना बहुत ही बुरा है। जहाँ अनेक मनुष्य हो वहाँ रानो की दाद खुजलाते वक्त ज़रा ध्यान रखो। अन्यथा असभ्य माने जाओगे।

(४०)

शरीर में कहीं खुजली चले तो संयम पूर्वक, चुपचाप धीरे धीरे

खुजलाना चाहिए। जो लोग बिना ध्यान रखे, चाहे जैसे हाथ मार कर घरड़ घरड़ खुजलाने लगते हैं वे असभ्य है।

(४१)

कई लोग नींद से उठते ही शय्या में विक्षिप्त से बैठ जाते है, और शरीर को जहाँ तहाँ से खुजाते है—यह वानरी क्रिया अनुचित है।

(४२)

नींद मे किसी की आवाज को सुनकर हड़बड़ाकर चिल्ला उठना या भाग छूटना ठीक नहीं है। भयङ्कर से भयङ्कर ख़तरनाक आवाज़ को सुनकर उन्मत्त की भाँति भाग पड़ना गँवारो का काम है। बिना घबराए धैर्यपूर्वक जो कुछ भी उस समय प्रथम कर्त्तव्य हो उसका पालन करना उचित है।

(४३)

जिनके घर मे कलह होती है वे कुटुम्ब कदापि सभ्य नहीं गिने जाते। इसलिए गृहकलह कभी मत उत्पन्न होने दो। यदि कभी झगड़े का या नाराजी का अवसर भी आवे तो अनावश्यक जोर-ज़ोर से चिल्लाकर मत बोलो, नहीं तो अड़ोसी-पड़ौसी तथा दूसरे लोग तमाशा देखने को एकत्र हो जावेंगे और कई घरू खानगी बातें उनपर प्रकट हो जावेंगी।

(४४)

घर के मनुष्यो के अतिरिक्त यदि कभी किसी से लड़ाई का या नाराज़ी का अवसर आजावे तो क्रोध मे आपे से बाहर होकर मत

बोलने लगो। वे लोग मूर्ख और निर्बल मन के हैं जो न कुछ बातपर हद से ज्यादा चिल्ला चिल्लाकर अपना गुस्सा प्रकट करते हैं।

(४५)

कई लोग नग्न और फोश, स्त्री पुरुषोंके चित्र अपने मकानो मे लगाते हैं, यह बहुत ही अनुचित है। सौन्दर्य की दृष्टि से भी ऐसे भद्दे, अश्लील चित्र या स्त्रियों के चित्र अपने मकान में न लगावें। ऐसे चित्रों से मानसिक-विकार उत्पन्न होते हैं।

(४६)

अकारण ही, छाती, हाथ, पैर के बाल कैंची या उस्तरे से कटाना अनुचित है।

(४७)

आजकल लोग विदेशियो को देखा देखी अपनी मूँछे मुँडवाने लगे हैं। दिनोंदिन भारत मे मर्दों के मुह औरतों सरीखे बनते जा रहे हैं। मूँछें मुड़वाना भारतीय सभ्यता नहीं है। हिन्दुओं में किसी बड़े के मरजाने पर ही मूँछें मुँडाई जाती है या सन्यासी लोग मुँडवाते हैं। मुसलमानों के यहाँ भी इस प्रकार दाढी मूँछे सफाचट कराने को बुरा माना जाता है। मूँछें मुँडाकर औरतों का सा मुँह बनाए फिरना सभ्यता के विरुद्ध कार्य है।

(४८)

अपने वस्त्रों मे जूं या खटमल न होने दो। यदि हो जावें तो उन्हे लोगों के सामने ढूँढ़-ढूँढ़कर मारना आरंभ न करो। ऐसा काम करते समय लज्जित होना चाहिए, क्योंकि वह तुम्हारी गन्दगी का

सूचक है। इन स्वेदज जीवों को कहीं एकान्त स्थान पाकर ही निवारण करो। कई लोग खटमल जूं जैसे जीवों को अपने शरीर से लेकर दूसरों पर चुपचाप छोड़ देते हैं यह नीचतापूर्ण कार्य है। अपने सुख के लिए दूसरों को कष्ट पहुचाना भी हिंसा है।

(४९)

वास्तव में सभ्य वही है, जिसका जीवन सादा और विचार उच्च है। मनुष्य को अपने जीवन का आदर्श रखना चाहिए—

"Plain living and high thinking"

अर्थात्—सादा जीवन और उच्च विचार।

(५०)

सभ्य वही है जो कानों से अच्छी बातें सुनता है, आंखों से सत्कार्यों को देखता है, मुख से नम्र विनीत एवं पवित्र वाणी उच्चारण करता है, हाथों से पवित्र कर्म करता है, मन से दूसरों की हित-कामना करता है, और अपना रोम-रोम दूसरों के कल्याण में लगता है।

६

वेश-भूषा

"ऊपर का बडप्पन और अन्दर निस्सारता, ऊपर ऊपर की बहुत सी वस्तुओ की और धन की प्राप्ति, परन्तु अन्दर आत्मिक खोखलापन यही प्राकृतिक सभ्यता का मुख्य चिन्ह है। खेद है कि इसी निस्सार सभ्यता के चकाचौध से प्रभावित होकर शिक्षित नवयुवक भी इसकी प्रशंसा करते नही अघाते।"

—प्रो० आइकन

(१)

स्वदेश की पोशाक को छोडकर, देखादेखी विजातीय एवं विदेशी पोशाक को अपनाना असभ्यता है। हमारी सभ्यता अपने देश की पोशाक मे ही है।

(२)

अंग्रेज लोग अपने देश की सभ्यता के कितने अभिमानी हैं कि वे भारत जैसे गर्म देश मे भी अपने देश की वेश भूषा को नहीं छोडते।

और हम भारतीयों का कुछ ठिकाना ही नहीं। हम हमेशा अपने देश का पहिनावा छोड़कर दूसरे देश का पहिनावा अपनाते रहे हैं।

(३)

फ़ैशन के विरुद्ध कपड़े मत पहिनो। जैसे अंगरखी पर कोट, कोट पर कुरता, अथवा कोट पर वास्कट। कई लोग पतलून पर पगड़ी या धोती पर टोप (हैट) लगाते है यह बेढंगा है।

(४)

पगडी और कुरते के साथ बूट और देशी जूतियों के साथ कोट पतलून पहनना भी बेढंगा है। अंगरेजी ढंग के कोट पेंट पहिनकर उसपर देशी टोपी लगाना भी ठीक नहीं लगता है।

(५)

इस प्रकार पहिनावे मे खिचडी मत रखो। जो भी पहिनावा पहनो सिरसे पैर तक एक ही हो। आधा देशी और आधा विदेशी पहनना ठीक नहीं।

(६)

फटे हुए कपडों को सीकर पहिनना चाहिए। सिले हुए तथा पैबन्द लगे हुए कपडो को पहिनना असभ्यता नहीं है। असभ्यता तो फटे लटकते तथा मैले कपड़े पहनने मे है।

(७)

बटनो की जगह बटन ही लगाना चाहिए। धागे से बाँधना, सुई या सेफ्टीपिन लगाना ठीक नहीं। कमीज़ की बाहे बटन दार है तो उनमे बटन लगाओ। खुली न लटकने दो।

(८)

कपड़े हमेशा साफ सुथरे पहिनो। कम क़ीमत के और मोटे भले ही हों, परन्तु हों साफ़। बहुमूल्य रेशम या मखमल के मैले कपड़ों की अपेक्षा खादी के मोटे शुद्ध वस्त्र कहीं अधिक उचित हैं।

(९)

कई लोग केवल फैशन के लिए कई जगह अनावश्यक बटन लगवाते हैं यह ठीक नहीं है।

(१०)

कई लोग दिन मे दोचार बार अपने कपड़े बदलते है। इसमे वे अपना बड़प्पन मानते हैं। यह अच्छा नहीं है। हाँ, रात की और दिन की अलग अलग पोशाक रखना कोई बुरी बात नहीं है। इसी तरह घर की, बाजार की, दफ्तर की, पूजा की अलग २ पोशाके रखना बुरा नहीं है।

(११)

कई लोग रातदिन हमेशा बहुत ही मैले घिनौने गन्दे कपड़े पहने रहते हैं और उत्सव आदि पर बहुत तड़क भड़क दिखाते हैं। यह अनुचित है। कपड़े सब समय एक समान साफ और सादे रखना अधिक अच्छा है।।

(१२)

आभूषण पहिनना बड़प्पन नहीं है। जेवर केवल इस बात के सूचक हैं, कि मनुष्य पैसेवाला है। बड़प्पन तो आदमी के गुण शील और स्वभाव से मालूम होता है। दूसरे आजकल अब आभूषण पहनना सभ्यता की निशानी नहीं समझा जाता है।

सिवाय उन लोगों के, जिनके देश जाति व अथवा धर्म मे प्रथा है—नंगे सिर नहीं रहना चाहिए। जो अंग्रेज़ी काट के बालों में तेल फुलेल डालकर, माँग पट्टी निकालकर नंगे सिर इधर उधर घूमते फिरते है वे असभ्य हैं।

(१४)

कई लोग जान बूझकर अपने बालों को माँग पट्टी करके टोपी साफा या पगडी के नीचे इस प्रकार जमाते हैं कि वे दिखते रहे। ऐसे लोग असभ्य होते हैं।

(१५)

अकारण ही फूलों की माला वगैर: गले में डालकर बाजारों में या गलियों मे घूमना बुरी बात है। कई लोग अपने लट्ठ या लकड़ी को माला लपेट कर या तीतर बटेरों के पिंजरों पर माला डालकर निकलते हैं। यह बदमाश और गुण्डे लोगों का चिन्ह है।

(१६)

कई पुरुष स्त्रियों के दुपट्टे, धोती, लूगडी, फरिया आदि कपड़ों को धोती के बजाय थोडी देर के लिए पहन लेते हैं। यह अनुचित है। स्त्रिया को पुरुषों के और पुरुषों को स्त्रियों के वस्त्र नहीं पहिनने चाहिए।

(१७)

इतनी फटी हुई जुराबें जिनमें एडियां और पञ्जे दिखाई पडते हों, नहीं पहनना चाहिए। कई लोग बेजोड़ जुराबें पहिनते हैं—एक किसी रंग की तो दूसरी किसी रंग की। यह बेढंगापन है।

(१८)

जुर्राबों को पहिनकर उन्हे बाँध देनी चाहिए ताकि नीचे न खिसकने पावें। नीचे उतरी हुई जुर्राबे बिना बन्ध की पहिने फरना ठीक नहीं मालूम होता।

(१९)

जुर्राबों पर जूते पहन कर ही कहीं आना-जाना चाहिए। बिना जूते पहने बाजारों मे गलियों मे जहाँ तहाँ घूमते फिरना असभ्यता है।

(२०)

यदि आप हिन्दू है तो अपनी चोटी का टोपी साफा या पगडी से बाहर निकली हुई न रहने दो। जिन लोगों की चोटियाँ आवश्यकता से कहीं ज्याद' बडी और लम्बी होती है उन्हे विशेष ध्यान रखना चाहिए।

(२१)

अगर किसी व्यक्ति की चोटी टोपी साफ़ा पगडी वगैरः से बाहर निकल रही हो तो उसे पकड कर मत खींचो। कई लोग निकली हुई चोटी को पकड कर इस ढग से ऊपर उठा देते है कि सिर पर टोपी वगैरः अलग जा गिरती है। ऐसा करना और विशेषत. अनेक लोगों की उपस्थिति में करना असभ्यता है।

(२२)

प्रत्येक आदमी को अपनी अवस्था के साथ ही साथ अपनी पोशाक भी बदलते जाना चाहिए। बच्चों की पोशाक अथवा ज़री गोटे या सलमे-सितारे की मॅढी हुई टोपी या दूसरे वस्त्र जवानी या बुढ़ापे मे

बुरे मालूम होते है। जनाने पुरुष ऐसे गोटे कलवत्तू के कपड़े जवानी में ही नहीं बल्कि बुढापे तक पहनते हैं।

(२३)

जूते, वस्त्र, जनेऊ, ज़ेवर और माला, कभी दूसरों के पहने हुए अपने काममे मत लाओ।

"उपानहौचवासश्च धृतमर्थैनवारयेत्।
उपवीत मलकार स्रजकरचमेवच।"

(२४)

दूसरो के पहने हुए वस्त्र पहिनना पुरुपार्थ हीन मनुष्यों का काम है। कई लोग पुराने वस्त्र नीलाम वगैरः मे खरीदलाते हैं और उन्हे पहनते है। विदेशी लोगों के पुराने ऊनी कोट वगैर. भारत मे प्रतिवर्ष लखों व्यक्ति पहिनते हैं। वहाँ की औरतों के पहिने हुए कोट यहाँ के मर्द पहिने फिरते हैं, यह कितनी लज्जा की बात है।

(२५)

जूतों के अनिरिक्त, चमडे की दूसरी चीजें शरीर पर धारण करना असभ्यता है। योद्धा, सैनिक लोग आवश्यकतानुसार शरीरपर मडा धारण कर सकते है। पनुन्तु व्यर्थ ही, गेलिस, गेटिस, बेल्ट, चैन, टोपी और घडी वगैरः में चमड़े का प्रयोग अनुचित है।

(२६)

आभूषणों से मनुष्य आदर नहीं पाता, गुणों से पाता है—

"नराणाम् भूषण रूप, रूपाना भूषणम् गुणम्।
गुणानाम् भूषण ज्ञान, ज्ञानानाम् भूषण क्षमाः।"

(२७)

धोती पहिनना भारतीय सभ्यता है। पजामा पतलून आदि असुविधा जनक वस्त्र हैं। कारण विशेष से, किसी समय पाजामा वगैरः का प्रयोग किया जाना अनुचित नहीं किन्तु सदैव धारणा करना ठीक नहीं। पाजामा और पतलून वालों को, वर्षा मे, धूलवाली जमीन मे, पानी मे से निकलने में, स्नान में, पाखाना और पेशाब करने मे और दूसरा पाजामा पहिनने में बड़ी ही कठिनाइयाँ होती है।

(२८)

धोती बहुत ऊची पहनना असभ्यता का सूचक है। इसी प्रकार एड़ियों तक नीची धोती बांधना भी अनुचित है। कई लोग धोती इस ढंग से बाँधते है कि पीछे की ओर लाँग के दो पल्ले ध्वजा की तरह फड़फड़ाया करते है। बहुत से लोग धोती के दोनों पल्लू पीछे से लाकर इस प्रकार अ गे टाँकते है कि धोती पजामा-सा दिखाई पडने लगती है। यह भी असभ्यता है। धोती ऐसी बाँधनी चाहिए जो बहुत ऊँची भी न हो और नीची भी न हो। आगे से गुप्त अग न दिखे और न पीछे से ऊपरतक टाँगे ही उघाडी रहे।

(२९)

प्रत्येक प्रात जाति और समाज मे धोती बाँधने का एक विशेष ढग होता है। कई लोग आगे से धोती ऐसी बाँधते है, जिसमे से गुप्त अग दिखाई तो नहीं पड़ते, परन्तु एक पुटलिया-सी बना लेते है, जिसमे गुप्त अंग स्पष्ट मालूम होता है। यह असभ्यता है। और असभ्यता की पराकाष्ठा तब हो जाती है, जबकि कोई धोती से ऊंचा वस्त्र जैसे

बंडी, बनियान, जाकट या फितोई पहन कर लोग इधर उधर घूमा करते हैं।

(३०)

धोती बाँधने मे विशेष सावधानी रखो। ढीली धोती जो चलते-चलते खुलजावे बाँधना ठीक नहीं है। धोती के पीछे लाँग को इस ढंग से न ठूँसो कि वह पीछे पोटली-सी बन जावे, यों मुर्गदुम-सी नजर आवे।

(३१)

कई लोग पाजामा पहनते है परन्तु अन्दर धोती भी रखते है। ऐसी हालत मे यदि सावधानी से धोती न समेटी गई तो, बड़ी भद्दी लगती है। पाजामे के अंदर धोती के बजाय लँगोट पहन लेना ठीक होता है।

(३२)

खाकी लंगोट पहने बाजार मे कभी नहीं घूमना चाहिए। और ऐसे स्थानों मे जहाँ स्त्रियाँ हों लंगोट बाँधे घूमना-फिरना असभ्यता है।

(३३)

ऊँचे और ओछे एवं तंग वस्त्र मत पहनो। बहुत ढीले और लम्बे वस्त्र पहिनना भी असभ्यता है।

(३४)

त्यागी पुरुषों और साधु संन्यासियों को गृहस्थी-सांसारिक मनुष्यों के से वस्त्र और गृहस्थी सासारिक मनुष्यों को साधु संन्यासियों के से कपड़े लत्ते नहीं पहनने चाहिएँ।

(३५)

पजामे की नाड़ी को इतना नीचा नहीं लटकने देना चाहिए कि वह चलते समय बाहर दिखाई दे।

(३६)

साफा वगैरः मे ऊपर या पीछे की ओर उसी के पल्ले का तुर्रासा बनाकर रखना अथवा ताड के पत्ते की तरह सिरपर फैला रखना सभ्य लोगों का काम नहीं है। जो लोग साफे का पल्ला पीछे की तरफ नितम्ब भाग से नीचा लटका कर रखते हैं, वे भी सभ्य नहीं माने जाते।

(३७)

रूमाल रखने का ढग आजकल कई तरह का है। लोग केवल शेखी दिखाने के लिए उसे कई तरह से जेब मे रखते हैं। रूमाल का जेब से बाहर लटकाना असभ्यता है। कालर मे या बटन लगाने के छेदों में बाँधना ओछी प्रकृति का सूचक है। रूमाल को अच्छी तरह तह करके जेब मे इस प्रकार रखना चाहिए कि वह किसीको दिखाई न दे। बिना घड़ी किये जेब मे पोटली-सी ठूंसे रखना भी असभ्यता का सूचक है।

(३८)

अनावश्यक कपड़े शरीर पर लादे रहना भी जंगलीपन है। ऋतु के अनुसार कम-से-कम वस्त्र पहिनना चाहिए। अधिक वस्त्र पहिनकर अपने धनी होने का विज्ञापन मत दो।

(३९)

भारतीय पोशाक यदि पहिने हो तो दुपट्टा अनावश्यक वस्त्र होता

हुए भी रखना चाहिए। वह भारत की प्राचीन सभ्यता का प्रदर्शक है। हाँ, पजामे-पतलून, या कोट-अचकन, शेरवानी वगैरः पर दुपट्टा अनावश्यक है ।

(४०)

प्रायः लोग ऊपर का वस्त्र जो लोगो को दिखाई पडता है बहुत ही साफ सुथरा पहनते है और अन्दर का वह वस्त्र जो शरीर को छूता रहता है इतना मैला, गन्दा और बदबूदार होता है कि देखने से ही नफरत पैदा होती है। बदन पर सभी कपड़े साफ़ सुथरे पहिनना चाहिए।

(४१)

ऐसी टोपियाँ या पगडियाँ जो सिर पर लगाते-लगाते धूल मिट्टी या तेल के कारण मैली हो गई हों, जिन पर कीट चढ गया हो, मत पहिनो।

(४२)

जो लोग जनेऊ पहिनत है, उन्हे अपनी जनेऊ बिलकुल साफ रखनी चाहिए। मैली जनेऊ असभ्यता की सूचक है। जब कभी पेशाब या पाखाने के समय जनेऊ काम मे लाई जाय तब उसे कपडो से बाहर निकली हुई या कान पर लिपटी हुई न रहने दो।

(४३)

कई लोग जनऊ को गले मे से अलग निकालकर साबुन वगैर. से धोते है, यह अनुचित है। यदि जनेऊ को धोना है तो गले मे पहने हुए ही धोना चाहिए। गले मे जनेऊ पहनने के बाद उसे शरीर से

अलग कभी नहीं करना चाहिए। केवल संन्यास-दीक्षा लेते समय जनेऊ निकाली जा सकती है।

(४४)

चमड़े के कपड़े पहिनना, या कालर और बाहों मे चमड़े लगवाना भारतीय-सभ्यता के विरुद्ध कार्य है।

७

चाल-ढाल : उठना-बैठना

"अच्छी से अच्छी आधुनिक सभ्यता भी मनुष्य की एक ऐसी दशा की सूचना देती है, जिसके सामने न तो कोई उच्च आदर्श ही है और न स्थिरता ही। यदि मनुष्य जाति की बहु संख्या की अवस्था मे किसी बड़े भारी परिवर्तन की आशा न हो तो, मै एक ऐसे दयालु धूमकेतु के आगमन का अभिनन्दन करूँगा जो आकर इस सारे जगत का एक दम संहार करदे।"

—प्रो० हक्सले

(१)

पैर फटकारकर या पटककर चलना अच्छा नहीं है। चलते समय पैरों से "धमा-धम" शब्द मत होने दो। पैर घसीट कर चलना जूतियाँ घसीटना और धूल उड़ाते चलना ठीक नहीं है।

(२)

चलते वक्त अपनी टाँगें आगे की ओर फटकार कर चलना, टाँगों के इधर उधर घुमाते हुए चलना, चूतड़, कमर और सिर को मट-

काते हुए चलना असभ्यता है। बचपन से ही अच्छी तरह सभ्यता पूर्वक चलने की आदत डालना चाहिए। सभ्य माता-पिता अपने बच्चों की चालढाल बचपन से ही ठीक करते हैं। गवारों और असभ्यों के बालकों को चलने का शऊर नहीं रहता।

(३)

चलते वक्त अपने दोनो हाथों को खूब झुलाते हुए चलना, एक का झुलाना और एक को अकारण ही बन्द रखना ठीक नहीं है। कई लोग चलते समय हाथों को इस प्रकार झुलाते है कि हाथ सीधे न भूलकर पीठ की ओर तिरछे जाते आते है। चलने का यह ढंग बहुत ही बुरा मालूम होता है।

(४)

चलते वक्त पाँचों अगुलियाँ फैलाकर या मुट्ठी बाँधकर चलना बुरा लगता है। कई लोग अपने हाथ की अगूठी वगैर' दिखलाने के उद्देश से, उस अगुली को सीधी करके चलते है, यह ओछेपन का सूचक है।

(५)

चालढाल मे बनावट का होना ठीक नहीं, उसमें स्वाभाविकता होनी चाहिए। यदि अस्वाभाविकता हो तो उसे दूर करने का हमेशा खयाल रखो।

(६)

नीची निगाह करके चलना चाहिए। निगाह नीची हो, गर्दन नीची न हो। गर्दन सीधी रखना दीर्घायु देता है। टेढ़ी गर्दन रखने

से कई रोग उत्पन्न होजाते हैं। इधर उधर चंचल दृष्टि रखकर चलना ठीक नहीं। अकड़ कर और अस्वाभाविक सीना तानकर चलना बेहूदगी है।

(७)

कई लोग जो व्यायाम करते रहते है उनका सीना उभर आता है, हाथों मे मास पेशियाँ पुष्ट हो जाने के कारण भुजाए पसलियों से कुछ दूर रहने लगती है। एक स्वाभाविक चाल बन जाती है जिसे 'पहलवानी चाल' कहा जाता है। इस पहलवानी चाल को जो पहलवान नहीं है, और शरीर से दुबले-पतले है, यदि बनाकर चलें तो बहुत ही बुरा है। वे व्यायामशील भी जो बनकर या तनकर अपने पुष्ट शरीर की शेखी दिखाते हुए चलते है असभ्य है।

(८)

चलते वक्त इस बात का हमेशा ध्यान रखो कि पैरों से धूल न उड़ने पावे। यदि धूलवाली भूमि हो, और धूल का उड़ना अनिवार्य हो तो हवा का रुख देखकर चलो, ताकि वह उड़कर किसी दूसरे मनुष्य पर न गिरे।

(९)

'कहीं भी जाते आते समय अकारण दौड़कर चलना ठीक नहीं। विशेषतः बाजारों मे और गलियों मे व्यर्थ दौड़कर चलना अनुचित है।

(१०)

अपने दोनों घुटनो को भुजाओं मे कसकर और उनमे सिर को रखकर बैठना अच्छा नहीं है।

(११)

घर के दरवाजे मे या चौखट मे टाँग अड़ाकर बैठना अच्छी बात नहीं है।

(१२)

लम्बी टाँगे करके, टाँग पर टाँग रखकर अर्थात् पावों मे आँटी डालकर बैठना ठीक नहीं है।

(१३)

हाथ पैरो की अगुलियों तथा शरीर के अन्यान्य भागा को चटकाना ठीक नहीं है। कई लोगों की यह आदत सी पड़ जाती है कि अपने हाथो को अगुलियाँ चटखाया करते हैं। यह बहुत बुरी आदत है। जिनको यह आदत है उन्हे छोड़ने का प्रयत्न करना चाहिए। इससे शरीर की सधियाँ कमज़ोर पड़ जाती है।

(१४)

सोते जागते हमेशा मस्तिष्क कुछ न कुछ सोचा ही करता है। किन्तु मन मे उठनेवाली तरंगो मे, मस्तिष्क में आनेवाले विचारों मे बहकर, बड़बड़ाना, ओठ हिलाना, आँख हाथ आदि के सकेतो द्वारा कल्पना करना अनुचित है।

(१५)

यदि आप ऊकडूँ अर्थात् पंजो के बल पृथ्वी पर नितम्ब भाग पृथ्वी पर बिना टिकाए बैठे हों तो इस बात का ध्यान रखो कि आपका कोई गुप्त अग तो सामने बैठनेवाले को नहीं दिखाई पड़ रहा है ?

(१६)

चलते फिरते समय कंकर, पत्थर, मिट्टी, लकडी या दूसरी किसी वस्तु को ठुकराते हुए चलना अच्छा नहीं। यह आदत प्रायः फुटबाल के खिलाडियों को पड जाया करती है, अतएव फुटबॉल प्रेमी विशेष ध्यान दे।

(१७)

टेबल (मेज), कुर्सी के हत्थे वगैर· बैठने की वस्तु नहीं है। बैठने के लिए जो वस्तु नियत हो उसी पर बैठना चाहिए। कई लोग लिखते हुए व्यक्ति की टेबल पर ही बैठ जाते है, यह अनुचित है।

(१८)

खेलकूद मे या खुशी के समय, चीत्कार करना, कोलाहल मचाना अथवा जोर-जोर से शब्द करना जगलीपन है। हर्ष मे ऐसी आवाजें भी अनायास ही निकल जाती हैं अतएव उस समय विचारों पर नियन्त्रय रखना चाहिए।

(१९)

रात के समय जब कि लोग अपने-अपने घरों मे सो रहे हों, सडकों पर व्यर्थ ही बातचीत करते निकलना, होहल्ला मचाना, शोर-गुल करना, बहुत ही बुरी बात है।

(२०)

गर्मी के मौसिम मे प्रायः लोग अपने आँगन मे, घर के बाहर चबूतरों पर, बाजार और गलियों की सडकों के किनारों पर सोते रहते हैं। इन बाहर सोनेवालों को और लोगों के जगने से पूर्व ही उठ

बैठना चाहिए इसी में सभ्यता है। क्योंकि नींद मे आदमी को अपने वस्त्रों का ख्याल नहीं रहता है।

(२१)

गंजेडी, भँगेडी, मदकची, अफीमची, शराबी, तम्बाकू खाने पीनेवाले और चाय के प्रेमियों से दूर ही रहो। इनका साथ न करो आजकल की सभ्यता मे "चाय" का उच्च स्थान है। किन्तु यह पाश्चात्य सभ्यता है। हमारे यहाँ उत्तम शीतल पवित्र जल आतिथ्य मे प्रयोग होता है, तो पाश्चात्य सभ्यता उबलता हुआ चाय का जहरीला पानी पिलाकर सत्कार प्रदर्शित करता है। नशा मात्र का सेवन हानिकारक है।

(२२)

विद्वान पुरुषों की संगति मे ही अपना समय बिताओ। विद्या-व्यसनी मनुष्यों के पास बैठो, उनकी बाते ध्यान से सुनो और तदनुकूल आचरण करो।

(२३)

बचपन मे लडकों को अधिकतर औरतो मे नहीं रहना चाहिए। नहीं तो इसका परिणाम यह होगा कि उनमे जनानापन उत्पन्न हो जावेगा। ऐसे मर्द जो प्रायः स्त्रियों मे अपना समय व्यतीत करते है, उनकी बातचीत और चाल ढाल मे ज़नानापन आ जाता है

(२४)

एक दूसरे के गले मे हाथ डालकर, कमर मे हाथ डालकर, हाथ मे हाथ डालकर, या कन्धे पर हाथ रखकर खडे होना या चलना-फिरना अनुचित है।

(२५)

लड़कों को चाहिए कि लड़कियों मे न खेलें। इसी प्रकार लड़कियों को भी लड़कों के साथ नहीं खेलना चाहिए। लड़के-लड़की जब आठ दस वर्ष की अवस्था के हो जावें तब विशेष रोकने की जरूरत है। लड़के लड़कियों को एकान्त मे बातचीत करने या खेलने से मना करो। हमारे देश की सभ्यता बालक-बालिकाओं को साथ रहने और यहाँ तक कि साथ पढ़ने लिखने से भी रोकती है।

(२६)

अक्सर देखा जाता है कि कई असभ्य बाजारों मे, गलियों मे, सड़कों पर जहाँ मनुष्यों का आवागमन होता है, खड़े होकर धक्कम्-धक्का, झूमा झटकी, पकड़ा-धकड़ी करते हैं। एक दूसरे से लिपट-चिपट जाता है और उसे गोदी मे उठाते हैं, यह बुरी बात है।

(२७)

रास्ते मे चलते समय अपने साथी से इस प्रकार अड़कर—सटकर चलना अनुचित है जो कि उसके चलने मे असुविधा उत्पन्न हो।

(२८)

अपने से पूज्य अथवा गुरुजनों के बराबर चलना ठीक नहीं है। उनके पीछे-पीछे चलना चाहिए। जो लोग एक साथ बराबर चलने की चेष्टा करते है वे मूर्ख है।

(२९)

बाजारों मे, सड़कों पर या गलियों मे जहाँ लोगों के आमद रफ्त की जगह हो कतार बाँध कर अथवा सड़क में फैलकर मत चलो।

(३०)

सवारी और विशेषत: तेज चलनेवाली सवारियों का मार्ग मत रोको। वे बहुत निकट आजावें तब हटना ठीक नहीं, बल्कि पहले से ही मार्ग छोड दो।

(३१)

रास्ते चलती हुई सवारियो से छेड छाड न करो। मोटर या बाइसिकल के पीछे दौडना या इनके आगे लकडी पत्थर आदि डालना मूर्खता है।

(३२)

कभी सडक के बीच पैदल न चलो। किनारों पर ही चलना चाहिए। जिन शहरों मे मनुष्यों के चलने के लिए फूटपाथ(Foot-paths) बने है, लोगों को उनपर ही चलना चाहिए।

(३३)

रास्ते चलते हुए, विशेषतः बाजारों मे कभी कूडा कर्कट न फैलाओ। रद्दी कागज, फलों के छिलके, दोने, जली हुई बीडी या सिगरेट, वगैरः चीजे न डालो। इनके डालने के लिए जो स्थान नियुक्त हो वहीं डालो। या ऐसी जगह डालो जिससे सफाई मे कोई अन्तर न आवे।

(३४)

चलते हुए, थूकने की आदत न डालो। यदि थूकना आवश्यक ही हो तो हवा का रुख देख कर थूकना चाहिए। ऐसा न हो कि किसी दूसरे आदमी पर थूक के छींटे जा गिरें।

(३५)

बाज़ारों में या गलियों मे चाहे जहाँ पेशाब करने बैठ जाना बेहूदगी है। शहरों मे जो स्थान पेशाब के लिए नियुक्त है, वहीं पेशाब करो। जहाँ लोगो का भीड भडक्का खूब रहता है, लोग लज्जा त्याग कर पेशाब करने बैठ जाते है। यह असभ्यता है। कई दूकानदार अपनी दूकान से नीचे उतर कर, दूकान की ओर मुह करके चबूतरी के नीचे पेशाब करने बैठ जाते हैं। लोग आते जाते रहते है, उन्हे इसका कुछ भी ख्याल नहीं होता। यह बहुत अनुचित है।

(३६)

पीठ पीछे हाथ पकडकर चलना, कमरपर हाथ रख कर चलना या खडा होना भद्दी बात है।

(३७)

चलते वक्त हाथ मे बेत या छाता हो तो उसे हिलाते हुए—घुमाते हुए चलना ठीक नहीं है।

(३८)

हाथ की छडी या डण्डे को गर्दन पर रख कर और उस पर दोनों हाथ रख कर चलना अनुचित है। इसीतरह कमर के पीछे लट्ठ रखकर और उसमे दोनो हाथों को फॉसकर चलना भी बुरा है।

(३९)

कुछ लोग बैठते समय डुपट्टे या चादर से अपनी कमर और घुटनों को बाँधकर बैठते है। यह ठीक नहीं।

(४०)

बैठते वक्त हमेशा सीधे बैठो। कमर को झुकाकर धनुषाकार मत कर दो। सिर को हाथ लगाकर, अर्थात् माथा पकड़कर न बैठो।

(४१)

मुँह मे बीड़ी या सिगरेट दबाकर यत्र-तत्र बाजारों मे, गलियों मे या सड़कों पर घूमते फिरना असभ्यता है। वैसे तो तमाखू बीड़ी सेवन ही आर्य-सभ्यता के विरूद्ध है, इसपर भी आम सड़कों पर धुआँ उगलते फिरना और भी अधिक असभ्यता है। विदेशी शासन के कारण हम लोग घूमते फिरते बीड़ी सिगरेट पीना अपनी शान समझते है किन्तु विदेशियो के लिए भले ही वह सभ्यता हो भारत के लिए तो उनका अनुकरण असभ्यता है। तमाखू का नशा करना, और वह भी सरे आम करना कैसे ठीक कहा जा सकता है ?

(४२)

चिलम-तमाखू पीने के लिए लोग कपड़े फाड़-फाड़कर जलाते है और किसी भी आसपास के मनुष्य का ध्यान न रखकर वहाँ होली सी फूँकने लगते है। यह जगलीपन है। चिलम या हुक्का हाथ मे उठाए, पीते फिरना बहुत बुरी बात है।

(४३)

अकारण ही बाजारों मे गलियों मे बाजे वगैरः बजाते हुए घूमना फिरना अनुचित है। बाँसुरी, ढोलक, मुह का बाजा (माउथ हार्मोनियम) वगैरः बजाते हुए घूमना फिरना असभ्यता है।

८

बातचीत

"यदि हम पक्षपात शून्य होकर, पूर्ण रीति से विचार करें, तो हमें यह मानना पडेगा कि भारतवर्ष ही सारे संसार के साहित्य धर्म और सभ्यता का जन्मदाता है।"

ब्राउन

(१)

अपने पूज्य, बड़े, गुरुजन और पद प्रतिष्ठा मे जो माननीय हों, उनके साथ, विनय, नम्रता एव शान्ति पूर्वक बातचीत करना चाहिए बातों मे लापरवाही, उद्दण्डता और असंगतता न आने देना चाहिए।

(२)

अपने समवयस्क, मित्र, और परिचित व्यक्ति से ही हँसी, दिल्लगी, मजाक़ वग़ैरः करना चाहिए। अपने से बड़े और छोटे मनुष्यों से हँसी-मजाक शोभा नहीं देता।

(३)

चाहे कितना ही घनिष्ट मित्र क्यों न हो, कितना ही गहरा सम्बन्ध क्यों न हो, कैसा ही लंगोटिया यार क्यों न हो, हसी-मजाक मे कभी गन्दे और फ़ोश शब्दों का प्रयोग मत करो।

(४)

मजाक़ हमेशा गहरी, अलंकारिक भाषा मे और सभ्यता पूर्ण होनी चाहिए। उसी हसी दिल्लगी मे आनन्द है, जो सर्व साधारण लोगों की तो समझ मे ही न आवे और समझदारो को भी थोडी बुद्धि लडाना पडे। लट्ठमार हँसो, बेहूदी मजाक, गंवारों का काम है।

(५)

मजाक उसीसे करो जो मजाक सहने को शक्ति रखता हो। और दूसरों से मजाक-दिल्लगी तभी करो जबकि दूसरों को मजाक़ को सहन करने की शक्ति खुद आपमे हो।

(६)

लोगों के साथ बातचीत करते समय, वह आप से बडा हो या छोटा, महाशय, जनाब, श्रीमान , मित्र, मेहरबान, भैया, साहब, बाबू, भाई आदि शिष्टाचार सूचक शब्दों का यथावश्यक एव यथा समय प्रयोग करो।

(७)

किसीकी बात का निषेधात्मक उत्तर देते समय "जी नहीं" और स्वीकृति सूचक उत्तर के लिए "जी हाँ" अथवा अन्य किसी प्रकार के ऐसे ही शिष्ट वाक्यों का प्रयोग करो।

(८)

अपने गुरुजनों, पूज्यों एवं मान्य पुरुषों के खड़े रहते हुए बातें करने पर खुद न बैठे रहो, बल्कि उनके आगे खड़े होकर नम्रतापूर्वक बातचीत करो।

(९)

किसीसे कठोर वचन न बोलो। कड़ा जवाब देने का स्वभाव ही न डालो। वाणी मे ही अमृत है, और इसी मे विष है।

"कागा काको धन हरे, कोयल काको देय।
मीठे वचन सुनायके, वश अपने कर लेय॥

(१०)

झूठ न बोलो। सदैव सत्य बोलो। प्रिय-झूठ और अप्रिय-सत्य न बोलो।

"सत्य ब्रूयात्प्रिय ब्रूयान्नब्रूयात्सत्यमप्रियम्।
प्रिय भवनानृत ब्रूयाद्देष धर्म सनातन॥"

(११)

मुंह से गालियाँ निकालना बहुत ही बुरा है। इस बात का ध्यान रक्खो कि, कभी क्रोध में भी मुंह से गाली न निकले। कई लोगो की आदत पड जाती है कि साधारण बातचीत करते समय भी गाली बकते रहते है। बीच-बीच मे गाली बोलना उनका "तकिया कलाम" सा हो जाता है। मुँह से गाली बकने की आदत बहुत ही बुरी है।

"भद्रभद्रमिति ब्रूयाद्भद्र मित्येववाबदेत्।"

(१२)

कई मूर्ख लोग अपने मित्रो से, निकट सम्बन्धियों से, ऐसे नाते-रिश्तेदारों से, जिनसे हंसी मजाक का अधिकार होता है, गाली आदि का व्यवहार बडे ही फख्र और प्रेम प्रदर्शनार्थ करते हैं। यह बात नितान्त अनुचित है। ऐसा व्यवहार असभ्यों मे ही होता है। गालियाँ प्रेम मे भी नहीं बकनी चाहिएँ।

(१३)

मुह से बुरे शब्द निकालना, बुरे मनुष्यो का काम है। गालियाँ बकना नीचों का काम है। गालियाँ गन्दे मन की सूचक हैं। आपसी बातचीत मे उन माँ बहिनों को जो घरों मे बैठी है, गालियों द्वारा सम्बोधित करना नीचाति नीच मनुष्यो का काम है।

(१४)

जिसके साथ बातचीत अथवा व्यवहार करना हो, पहले उसके स्वभाव का अच्छी तरह अध्ययन करलो। स्वभाव से परिचित होकर यथा योग्य व्यवहार करो। किसी भी अपरिचित व्यक्ति से पहली मुलाकात मे ही परिचित का सा व्यवहार न करने लग जाओ।

(१५)

कई लोगो की आदत होती है कि, अपना पक्ष सिद्ध करने के लिए तथा अपनी बात को पुष्ट करने के लिए, जिद करते हैं और यहाँ तक धृष्टता करते है कि जान बूझकर सची बात को भी स्वीकार नहीं करते यह असभ्यता है। उचित तो यह है कि यदि कोई बात सत्य कही गई है और न्याय्य है तो उसको तुरन्त मानलो।

(१६)

जिस भाषा से आप अपरिचित हों, उसके शब्दों का बातचीत मे प्रयोग भूलकर भी मत करो वर्ना पोल खुल जायगी और लोग आप पर हँसेगे। कई लोग जो अंग्रेजी बिलकुल नहीं जानते, बातचीत के समय अंग्रेजी के शब्दों का प्रयोग बीच बीच मे करते जाते है। यह अनुचित है। क्योंकि अनुचित प्रयोग हो जाने पर कलई खुल जाती है।

(१७)

जिन शब्दों का आपको शुद्ध उच्चारण न मालूम हो उन्हे मत बोलो। कई लोग संस्कृत, अरबी, फारसी और अंग्रेजी आदि भाषाओ के वे शब्द जिनका उच्चारण और यथा स्थान प्रयोग नहीं करना जानते, बोलकर अपना पाडित्य प्रदर्शन करने की चेष्टा करते है। इसका परिणाम उलटा होता है—वे मूर्ख सिद्ध हो जाते है।

(१८)

अपने मुंह से सदैव शुद्ध, उत्तम, मधुर और शिष्ट वाणी बोलो। क्योंकि रूप रग से, चाल-ढाल से, पहिनावे से सभ्य और असभ्य उतना नहीं पहचाना जा सकता जितना कि बातचीत से। इसलिए सदैव मधुर और शिष्ट बचन बोलो—

"वशीकरण इक मत्र है तजिदे वचन कठोर।"

(१९)

विना पूछे, बिना बुलाये, किसीकी बातचीत मे बोलने लगना—दखल देना असभ्यता है। जब कोई आपसे बातचीत करे या पूछे तभी बोलो, वर्ना चुपचाप सुनते रहो। यदि बीच मे बोलना ही हो तो

पहले उससे बोलने की इजाजत लेलो, तब बोलो। बीच-बीच मे चपर-चपर करनेवाला होशियार नहीं बल्कि मूर्ख माना जाता है।

(२०)

जो कुछ बात किसी से कहो, उसे हमेशा पूर्ण करने का खयाल रखो। यदि करने का इरादा न हो तो, किसीको बात के लिए भरोसा भी न दो।

(२१)

बहुत से लोगों को देखा है कि बातचीत करते वक्त बीच बीच मे "क्या नाम से" "आपके नाम से" "जो है सो" "या प्रकार करके" "क्या समझे" और वाक्यो का प्रयोग करते जाते है। यह आदत ठीक नहीं है। इसे भुलाने का प्रयत्न करो।

(२२)

बातचीत करते समय, मुँह, आँख, नाक और हाथों को न मटकाओ। कोई मनुष्य तो बातचीत मे सारे शरीर को हिलाते-डुलाते है। बातचीत करते समय गर्दन और कमर को लचकाते जाते है, यह टेव बुरी है।

(२३)

बातचीत के समय मुँह के आगे अंगुलियां लगाकर, या हाथ की मुट्ठी लगा कर बोलने की आदत बहुत बुरी है। प्राय· हिजडे, जनाने प्रकृति के पुरुष ऐसा करते है।

(२४)

बातचीत के समय ध्यान रखो कि व्यर्थ ही आंखें इधर-उधर न

चलें। आँखें मटकाकर बातचीत करनेवाले लोग, बदमाश दुश्चरित्र और असभ्य समझे जाते हैं।

(२५)

जो व्यक्ति जिस भाषा को नहीं समझता उसके सामने उसका प्रयोग करना मूर्खता है। कुछ लोग अपनी शेखी और विद्वत्ता प्रकट करने की गरज़ से जान बूझकर ऐसा करते हैं, जिन्हें वह समझ न सकता हो।

(२६)

बातचीत सरल और सुगम भाषा में, सीधे सादे शब्दों में करना चाहिए। शब्दाडम्बर बनाते हुए बात चीत करना अनुचित है।

(२७)

अपने से अधिक विद्वान या समझदार के आगे, अपनी वाक्य रचना को गूढ़ अथवा विद्वत्तापूर्ण बनाने की चेष्टा कभी न करो। बल्कि सीधी सादी भाषा में अपने भावों को भली प्रकार प्रकट करदो।

(२८)

बातचीत के समय अपना ध्यान एकाग्र रखो। ध्यान दूसरी ओर मत लेजाओ। यदि बातचीत न करना हो तो उससे नम्रता पूर्वक उस समय के लिए क्षमा माग लो।

(२९)

अकारण ही बात को लम्बी बढ़ाकर, विस्तार पूर्वक न हो। और ऐसी बात जिससे उस व्यक्ति का, जिससे कि आप बातें कर रहे हो कोई ताल्लुक न हो, मत कहो। बातें करते समय दूसरे का रुख

पहचानो, और यदि वह आपकी बातों के प्रति उदासीनता प्रकट करे तो वार्तालाप बन्द करदो।

(३०)

आप बातें कह रहे हों और श्रोता को नींद आरही हो या ऊंघ रहा हो तो बात बन्द करदो। उसे जगा जगाकर अपना गीत गाए जाना ठीक नहीं है।

(३१)

यदि किसीकी इच्छा आपके साथ बातें करने की न हो तो, उसे जबर्दस्ती रोककर, या बैठाकर बातें करने लगना अनुचित है।

(३२)

व्यभिचारी मनुष्यों से दूर रहो। आवश्यकता आपडने पर भी उनसे बातचीत टाल दो। बिलकुल ही काम अड जावे तो डेढ बात करके अलग हट जाओ।

(३३)

यदि दो व्यक्ति आपस मे बातचीत कर रहे हों तो आप उनके पास न जाओ, और न उनकी बातचीत मालूम करने की चेष्टा ही करो। उनके पास जाने की, आज्ञा लेकर जाना उचित है। यदि वहा खडे रहो तो इतनी दूरी पर रहना चाहिए कि बातचीत न सुनाई पडे।

(३४)

यदि किसी सभा मे आप बोलना चाहे तो बिना सभापति की आज्ञा के न बोलो और जब बोलना आरम्भ करो तब पहले सभा-

पति को सम्बोधन करो, तत्पश्चात् औरों को सम्बोधन करना चाहिए। क्योंकि उस समय वहाँ की बातों का उत्तरदायित्व सभापति पर है।

(३५)

यदि कोई व्याख्यान दे रहा हो, और आपको उसके कथन मे कोई शंका हो या कुछ बात मालूम करनी हो तो उसी वक्त न बोल उठो बल्कि जब वह व्याख्यान समाप्त कर चुके तब विनीत भाव से सभापति से आज्ञा लेकर, देशकाल के अनुसार बातचीत करो।

(३६)

जहाँ कहीं किसी एक विषय पर चर्चा चल रही हो, वहाँ विषयान्तर उत्पन्न करनेवाली कोई बातचीत अथवा काम न करो। यदि कोई दूसरा ऐसा करता हो तो उसे भी मना करो।

(३७)

बातचीत करते समय इस बात का अच्छी तरह ध्यान रखो, कि, जिससे आप बातचीत कर रहे हों उसे आपकी आवाज स्पष्ट सुनाई दे। बहुत आहिस्ता इतने मन्द स्वर मे न बोलो कि बेचारे सुननेवाले को बार बार पूछना पड़े या कान लगाकर सुनने का प्रयत्न करना पड़े।

(३८)

इतनी जल्दी भी न बोलो कि लोगों की समझ मे ही न आवे।

(३९)

इतनी मन्द गति से, ठहर ठहरकर भी न बोलो कि सुननेवाले उकता जावे, या उन्हे सिर दर्द उत्पन्न हो जावे।

(४०)

बातचीत करते समय अनावश्यक हसना या मुस्कराना बेहूदगी है।

(४१)

अकारण ही बहुत जोर से चिल्ला चिल्लाकर बातचीत करना ठीक नहीं है।

(४२)

किसीके जरा से उपकार—अहसान—के बदले में "धन्यवाद" "साधुवाद" "शुक्रिया" आदि शब्दों का नम्रता से प्रयोग करो।

(४३)

अपने मुह से अपनी प्रशसा कदापि न करो। मनुष्य को ऐसे काम करने चाहिए कि दूसरे लोग खुद ब-खुद तारीफ करने लगे।

(४४)

अगर आपके मुह पर कोई आपके गुणों का वर्णन करने लगे या प्रशसा करे तो, अपनेको उस योग्य न बताते हुए नम्रतापूर्वक रोक दो यदि वे आपकी प्रार्थना न माने तो आप वहाँ से हट जाओ। चलते बनो।

(४५)

कई लोगों की आदत होती है कि बात को सुनने और समझने पर भी "हैं ?" "क्या ?" आदि प्रश्नार्थक वाक्य बोल देते हैं। यह आदत ठीक नहीं है।

(४६)

बातचीत करते-करते व्यर्थ करुणा प्रदर्शित करना, दीनता दिखाना या रोने लगना ठीक नहीं है।

(४७)

किसीसे बातचीत करते समय, ताने बाजी उद्दण्डता और कठोरता नहीं होनी चाहिए।

(४८)

जब कोई व्यक्ति दूसरे से बातचीत कर रहा हो तो उनके बीच में अपनी बातचीत छेड बैठना असभ्यता है।

(४९)

जिससे अन्य पहले बातचीत कर रहे हो, उससे पूरीतरह बातचीत करचुकने के बाद दूसरे से बातचीत आरंभ करो। एक से अधूरी बातचीत करके दूसरे से बातें छेड बैठना अनुचित है।

(५०)

मुहँ से निकालने के पहले शब्दों के भले बुरे प्रभाव या परिणाम का अच्छी तरह सोचलो। क्योंकि शब्द शक्ति एक महान शक्ति है। इसका दुरुपयोग न करो। व्यर्थ न खर्च करो।

(५१)

देशकाल का ध्यान रखकर ही मुह से वाक्य निकालना चाहिए। कभी कभी उत्तम और पवित्र शब्द भी देशकाल के अनुसार व्यवहृत न होने पर गजब ढा देते हैं। जैसे "रामनाम सत्य है।" यह वाक्य बड़ा ही उत्तम पवित्र और सत्य-पूत माना जाता है, किन्तु इसे विवाह

मे भाँवरों के समय बोलने में अशुभ माना जाता है। क्योंकि यह वाक्य मुर्दे को श्मशान लेजाते समय उच्चारण किया जाता है।

(५२)

इधर उधर कहने की आदत मत डालो। ऐसे आदमी समय आने पर दोनों ओर से अविश्वसनीय सिद्ध हो जाते हैं।

(५३)

किसी दूसरे तक, किसीकी बातको लेजाते समय उसे अतिरंजित न बनादो। यदि कहना हो तो ज्योंकी त्यों और उसी भाव सहित कहो। ऐसी बात जिससे हानि पहुँचती हो, बढ़ाकर न कहो, घटाकर कहना ही ठीक है।

६

खान-पान

"इस समय आवश्यक है कि पश्चिमी ढंगों में भारतीय सभ्यता का प्रचार किया जाय। लोग प्रकृतिवाद के दुष्परिणामों से ऊबकर भारतीय आत्मज्ञान के सन्देश को सुनने और अपनाने के लिए लालायित है।"

—महता जैमिनी

(१)

पानी खडे-खडे नहीं पीना चाहिए और पीते समय "डचक डचक" आवाज कंठ से न होने देनी चाहिए। कई लोगों की आदत पड जाती है कि वे पानी पीते समय गले से एक प्रकार की आवाज करते हैं। यह ठीक नहीं। किसी प्रकार की आवाज किये बिना भी चुपचाप पानी पिया जा सकता है।

(२)

पानी बहुत धीरे-धीरे या बहुत जल्दी न पिओ। इस प्रकार भी न पीओ कि इधर-उधर गिरने लगे।

(३)

पानी रखने का स्थान स्वच्छ और पात्र पवित्र रखो। गन्दे हाथ या गन्दी चीजें पीने के पानी को कभी न छुआओ। जिस पात्र मे पीने का पानी भरा हो, उसमे जूठे बर्तन को न डुबाओ।

(४)

जूठे पात्र को, जिससे पानी पिया हो या जिसमे भोजन किया हो, पानी मे धोकर शुद्ध करलेना अनुचित है। मिट्टी या राख वगैर. से माँजा जाने पर ही शुद्ध समझना चाहिए।

(५)

जिस पात्र से मुह लगाकर पानी पिया हो उसे किसी के हाथ मे न देकर, कहीं रखदो। इस बात का ध्यान दूसरो के घर अवश्य रखना चाहिए।

(६)

अपने घर पानी वगैर· पीनेवाले को उसका पानी पिया हुआ जूठा गीलास न माँजने दो।

(७)

पात्र होते हुए अञ्जली से पानी न पिओ। त्यागी लोगो के लिए यह नियम नहीं है। मनु ने भी लिखा है--

"नवार्यञ्जलिना पिबेत्।"

(८)

पीने से बचे हुए, पैर धोने से बचे हुए और सन्ध्योपासना मे बचे हुए जल को फिर काम मे नहीं लाना चाहिए।

"पाद्यशेष पीतशेष सन्ध्याशेष च यज्जलम् ।
तज्जल मदिरातुल्य ग्राह्य नैव कदाचन ।"

(९)

नशा भूल कर भी नहीं करना चाहिए । नशा करना पाप है। नशे से बुद्धि का नाश होता है । मस्तिष्क मे जड़ता उत्पन्न होती है। बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है ।

"वितेमद मदार्याति शर्रामिवपातयामसि ।
प्रत्वाचक्रमिव येषा ते वचसास्थापयामसि ।" । अथर्ववेद ।

(१०)

भोजन करते समय खूब मुह फाड-फाड कर मुँह चलाना ठीक नहीं है। भोजन करते समय मुह जबान या होठों से किसी प्रकार शब्द न होने दो। कई लोग भोजन करते हुए, कुत्ते के पानी पीने से जो शब्द होता है उसी तरह "चपल-चपल" करते है । यह असभ्यता है ।

(११)

किसी खाद्यवस्तु को मुँह में लेते समय उतना ही बडा ग्रास लो, जितना कि मुह मे समा सके। हाथ मे तो बडा ग्रास तोड़ना और मुह क लायक फिर दाँतों से काटना तथा शेष भाग दूसरा ग्रास करके खाना असभ्यता है। ग्रास उतना ही तोड़ो जो एक बार ही मुह मे अच्छी तरह समासके ।

(१२)

भोजन सामग्री मे से बहुत बड़े-बड़े ग्रास तोडकर मुँह मे ठूसना

असभ्यता है और इसी तरह बहुत ही छोटे-छोटे ग्रास लेना भी ठीक नहीं है।

(१३)

यदि दाहिना हाथ नीरोग है तो हमेशा दाहिने हाथ से ही भोजन करना उचित है। बाये हाथ का भोजन करने मे उपयोग न करो।

"स्वाध्याये भोजनेचैवदक्षिण पाणिमुद्धरेत्।"

(१४)

भोजन के समय व्यर्थ ही इधर उधर की गप्पे लड़ाना या अधिक बोलना ठीक नहीं है। बिलकुल गूंगे बनकर भोजन करना और आवश्यकता आ पड़ने पर भी न बोलना भी अनुचित।

(१५)

भोजन करते समय खाद्य पदार्थों को इस ढग से धीरे-धीरे और अच्छी तरह उठाओ कि उनका जरासा भाग भी कपड़ों पर या शरीर पर नहीं गिरे। पतले पदार्थों को खाते समय विशेष ध्यान रखो।

(१६)

भोजन करते समय, प्रसन्न, निश्चित और शान्ति पूर्वक बैठो। अच्छी तरह अच्छे आसन पर बैठो।

(१७)

भोजन करने का स्थान, नग, गंदा, बन्द, अधकार युक्त, धुआं-दार और बेचैनी उत्पन्न करनेवाला नहीं हो—बल्कि हवा और प्रकाश युक्त सुगन्धित स्थान हो।

(१८)

प्रेम द्वारा दिये गए किसी के भोजन को बुरा मत कहो—उसकी आलोचना न करो। बल्कि कोई त्रुटि हो तो उसे प्रकट मत करो। यदि त्रुटियाँ बताने का विशेष आग्रह हो तो, त्रुटियों को ऐसे शब्दों मे कहो जो किसी को बुरी न मालूम हो।

(१९)

यदि भोजन करने का अवसर कई लोगों के साथ आवे तो इस अन्दाज से भोजन करो कि साथियों से बहुत पूर्व या बहुत पीछे खाना बन्द न हो। यदि बहुत पहले निपट जाओ तो फिर कोई ऐसी चीज खाते रहो, कि मुह चलता दिखाई पड़े और देर तक या अधिक खाने-वालों को शर्मिन्दा होने का अवसर न उपस्थित हो।

(२०)

भोजन करने वालों की पंक्ति मे से, यदि कार्यवश जल्दी उठना हो तो बिना उनकी अनुमति प्राप्त किए न उठो। अपने आसपास बैठकर जीमनेवालो से आज्ञा लेकर उठना ही सभ्यता है।

(२१)

भोजन करते समय चंचल दृष्टि नहीं होनी चाहिए। अपने भोजन पात्र मे, और पात्र मे रखे हुए पदार्थों पर ही नजर रखनी चाहिए। इधर-उधर देखना या पास मे बैठकर जीमनेवालों के खाद्य-पदार्थों को घूरना ठीक नहीं है।

(२२)

भोजन के समय किसी पदार्थ के न रहने पर, यदि उसे और

खाने की इच्छा हो तो "लाओ, लाओ" का हल्ला न मचा दो। बल्कि जिस वस्तु की आवश्यकता हो उसे विनम्र और धीमे स्वर में मांग लेना चाहिए।

(२३)

आप जिस खाद्यपदार्थ की आवश्यकता प्रकट कर रहे हों, और आपके मांगने पर उसके बदले दूसरा कोई पदार्थ लाकर रख दिया हो तो, आप उसे स्वीकार लो और अपना इच्छित पदार्थ न मांगो। समझ लो कि जिस वस्तु की आप इच्छा रखते थे वह अब भण्डार में नहीं रही।

(२४)

किसीके यहाँ भोजन करते समय ऐसी खाद्य वस्तु का नाम न लो, या उसकी प्रशंसा न करो, जो वहाँ न हो या उसके घर में न हो।

(२५)

भोजन करते समय, रंज पैदा करनेवाले या नफरत दिलानेवाले वाक्यों का प्रयोग न करो। अखाद्य वस्तुओं के नाम भोजन के समय लेना असभ्यता है।

(२६)

लोगों के साथ, पंक्ति में भोजन करते समय ऐसे बेहूदे तथा भद्दे वाक्यों का प्रयोग न करो, जिन्हें सुनकर दूसरे लोगों को संकोच उत्पन्न हो। जैसे—"मैं क्या राक्षस हूं जो इतना खाजाऊँ ?" इसका फल यह होगा कि यदि कोई अधिक खानेवाला वहाँ हुआ तो बेचारा शरमा जावेगा।

(२७)

भोजन की पंक्ति में कोई अन्य खाद्य वस्तु घर से लाकर या बाजार से मँगाकर, बिना किसी जरूरी कारण के या बिना अपने पंक्ति में बैठे साथियों की अनुमति लिये, न खानी चाहिए। कई लोग जब दूसरों के घर भोजनार्थ जाते हैं, तब चटनी, साग, भाजी वगैर अपने घर से अपने साथ ले जाते है यह अनुचित है।

(२८)

भोजन की वस्तु को भोजन करने वाले व्यक्ति के आगे, पत्तल या थाली में फेंककर डालना असभ्यता है।

(२९)

थाली में कढ़ी या दाल जैसी कोई पतली वस्तु हो तो, उसे सारी थाली में न फैलने देने के लिए पात्र के नीचे अपना पैर लगाकर उसे टेढ़ी रखना गवारू ढग है। भोजन के पात्र को पैर कभी नहीं छुआना चाहिए।

(३०)

भोजन को पट्टे या चौकी पर रखकर खाना अच्छी बात है। इसमे सुविधा भी है। किन्तु स्वयं चौकी या पट्टे पर बैठकर और भोजन पात्र को भूमि पर रखकर भोजन करना ठीक नहीं। दोनों ही पट्टेपर हों तो अच्छी बात है।

(३१)

भोजन करते समय पतले या चिकने पदार्थों मे अपने हाथ सान लेना ठीक नहीं है इस होशियारी से पतले पदार्थों को खाओ कि हाथ लतफत न हों और कपड़ों पर टपके न गिरें।

(३२)

अंगुलियो को चाट चाटकर साफ़ करते रहो। परन्तु यह ध्यान रखो कि अंगुलियाँ चाटते वक्त "चटॉपट" शब्द न हो।

(३३)

भोजन करते समय ध्यान रखो कि खाद्य वस्तु मूछों मे या दाढ़ी मे न लगने पावे। पतली चीजे खाते पीते समय विशेष ध्यान रखो।

(३४)

भोजन कर चुकने के बाद हाथों को अच्छी तरह खूब पानी मे धो डालो। हाथों मे अगुलियों मे और नाखूना मे लगी चिकनाई अच्छी तरह धोकर साफ करो। हाथ धोते वक्त इस बात का खूब ध्यान रखो कि किसी दूसरे पर छींटे न उड़ने पावे। हाथ धो चुकने पर हाथों को इस तरह न फटकारो कि दूसरो पर छींटे गिरे।

(३५)

कई लोग भोजन कर चुकने पर मुह साफ करने के लिए जो कुल्ली मुंह मे लेते है उसे पी जाते है। भोजन के बाद मुह को और दांतों की शुद्धि खूब की जानी चाहिए, और खूब अच्छी तरह कुल्ली करना चाहिए। कुल्लियों का पानी पी नहीं जाना चाहिए।

(३६)

दूसरे के यहाँ भोजन का निमत्रण जिनके लिए आया हो उन्हे ही जाना चाहिए। पुरुषो को चाहिए कि यदि बच्चो का निमत्रण न हो तो उन्हे भी कदापि साथ न ले जावे। हाँ स्त्रियाँ छोटे छोटे ना समझ बालकों को साथ ले जावे तो कोई बुरी बात नहीं है।

(३७)

खाने पीने की वस्तुओं को अपने खाने के पूर्व, यदि हो सके तो वहाँ पर जो लोग उपस्थित हों उन्हें थोड़ा बहुत देकर उनका सत्कार करो। नहीं तो कम-से-कम वचनों द्वारा तो उनका सम्मान अवश्य ही करना।

(३८)

भोजन आरंभ करने के पूर्व, दूसरे जो लोग इष्टमित्र अगर वहाँ उपस्थित हों तो उन्हें "आइए" "भोजन कीजिए" "प्रसाद लीजिए" "तशरीफ लाइए" आदि वाक्यों से सत्कृत करो।

(३९)

जब कोई सम्मान प्रदर्शनार्थ, भोजन करने के लिए बुलावे, और आपको भोजन नहीं करना हो तो नम्रतापूर्वक आप उन्हें कहिए "कीजिए लक्ष्मी-नारायण" "भोग लगाइए", "कीजिए बिसमिल्लाह" आदि।

(४०)

यदि किसी खाद्य वस्तु को, कोई लोगों में बाँट रहा हो तो, उससे माँगना नहीं चाहिए और न उस वस्तु को घूर घूर कर देखना ही चाहिए। कुछ भक्त लोग देवता के प्रसाद को प्राप्त करने में इस नियम के विरुद्ध आचरण करना सभ्यता की सीमा के अन्दर मानेंगे, परन्तु माँगकर प्रसाद लेना भी अनुचित है।

(४१)

अव्वल तो तमाखू पीना ही बुरा है। लेकिन जो लोग अपनी आदत से लाचार हैं उन्हें कमसे कम अपने पूज्य पुरुषों के सम्मानार्थ, उनके

सामने तमाखू सेवन नहीं करना चाहिए और जो लोग तम्बाकू से परहेज रखते है, उनकी सुविधा का भी ध्यान रखकर तम्बाकू खाना या पीना चाहिए। इसी प्रकार पवित्र स्थानों मे तथा जहां लिखा हो तमाखू पीना मना है' वहां भी नहीं पीना चाहिए।

(४२)

चलते-फिरते, घूमते-टहलते खाना पीना ठीक नहीं है। स्वास्थ्य की दृष्टि से भी हानिकार है। खाने की चीजों को जेब मे भरकर खाते रहने की आदत प्रायः बचपन से पड जाती है। माता पिता का कर्त्तव्य है कि अपने बच्चों की आदत न बिगाडे।

(४३)

लेटकर, पड़े हुए खाना-पीना असभ्यता है। बीमारी की दशा मे जब निर्बलता अधिक हो और चिकित्सक उठने बैठने से मना करता हो तब लेटे-लेटे खाने-पीने मे कोई हानि नहीं है।

(४४)

मार्ग मे, द्वार के बीच बैठकर भोजन करना—खाना-पीना अनुचित है।

(४५)

सूर्योदय के समय, सूर्यास्त के समय, और ग्रहण के समय भोजन करना ठीक नहीं है।

(४६)

रातदिन पान मत चबाते रहो। कई लोग इतने ज्यादा पान खाते है कि उनका मुंह कभी पान से खाली नहीं रहता। एक नहीं, दो नहीं,

दिन भर में पचासों चर जाते हैं। इस प्रकार रात दिन खाते रहना नितान्त असभ्यता है।

(४७)

किसी दूसरे के घर पहुँच कर, किसी खाद्य वस्तु को प्राप्त करने की लालसा से उसे घूर-घूर कर मत देखो। यदि कोई ऐसी वस्तु रखी भी हो तो उससे नजर हटालो।

(४८)

चारपाई, खाट, पलग, आसन गोदी और हाथ में भोजन पात्र रखकर कभी भोजन न करो।

"शयनस्थो न भुजीत न पाणिस्थ न चासने ।"

(४९)

जूते पहने हुए खाना विदेशी सभ्यता भले ही हो, किन्तु भारतीय सभ्यता इसके विरुद्ध है। मनु ने लिखा है:—

"सोपानहच्च यद्भुक्ते तद्वैरक्षासि भुञ्जते ।"

(५०)

हुक्का पीना भारतीय-सभ्यता के विपरीत है। चलते-फिरते, हाथ मे हुक्का उठाए उसे गुड़गुड़ाते फिरना अनुचित है। कई लोग तो पाखाने मे भी हुक्का ले जाते है, और वहाँ पीते रहते है, यह असभ्यता की पराकाष्ठा है।

(५१)

कई लोग किसी तरह का नशा नहीं करते, किन्तु होली के दिनों मे अपने इस प्रण को वे ढीला कर देते है और भंग, माजून वगैरा

मादक द्रव्य सेवन करते हैं। यह बात अनुचित है। नशे का सेवन सर्वदा बुरा है, वह चाहे फिर होली में हो या दिवाली में। बुरी चीज हमेशा बुरी है।

(५२)

खाने-पीने की चीजों को कभी मत लांघो। उनमें धूल, मिट्टी, या गन्दी चीजें जो पैर में लगी रहती है गिर जाने की सम्भावना है। इसलिए खाद्यसामग्री को लाँघना अनुचित है।

(५३)

मांस कभी नहीं खाना चाहिए। मांस खाना असभ्यता है। मांस मानव प्राणी का खाद्य पदार्थ नहीं है। प्रकृति ने मांस भोजी प्राणियों की और शाक भोजी प्राणियों की रचना में भेद रखा है। मांस भोजियों को चीर-फाड़ डालनेवाले तेज पैने नाखून और दाँत दिये हैं। साथ ही उनकी पाकस्थली की रचना भी भिन्न प्रकार की है। मनुष्य के दाँत, नाखून और पाकस्थली उसका शाक भोजी होना सिद्ध करते हैं। जो थलचर प्राणी जीभ से "लपलप" करके पानी पीते हैं वे ही मांस भोजी हैं। जो होठों से चूसकर पानी पीते हैं वे सभी शाक भोजी हैं, यह प्राकृतिक नियम है। ऐसे विविध प्रमाणों से, मांस मनुष्य की खूराक सिद्ध नहीं होता। जो मांस खाते हैं वे असभ्य हैं।

(५४)

प्याज, लहसुन आदि पदार्थ यद्यपि अनेक रोग नाशक हैं तथापि, दुर्गन्धयुक्त और तमोगुण—प्रधान होने के कारण, भारतीय सभ्यता ने इन्हें त्याज्य कहा है।

(५५)

बाजारों या गलियों में बैठकर, खड़े होकर, या चलते-फिरते कोई वस्तु मत खाओ पीओ। कई लोगों की आदत है कि वे दूसरों के सामने कुछ न कुछ खाते रहना ही बड़प्पन एवं प्रतिष्ठा समझते हैं। परन्तु यह भूल है। रात दिन खाना पशुओं का काम है।

(५६)

बाजार में बैठकर मिठाई या चाट के दोने मत चाटो। यह छोटे लोगों का काम है।

(५७)

भारतीय-सभ्यता एक पात्र में अनेक मनुष्यों को बैठकर भोजन करने की आज्ञा नहीं देती। एक दूसरे की जूंठन खाना अनुचित है। जूठन खाने से छूत के बहुत से रोग एक दूसरे में पहुच जाते हैं। हैजा, चेचक, उपदंश, क्षय, दमा आदि अनेक रोग सहज ही एक से दूसरे में जूंठन द्वारा पहुच जाते हैं।

(५८)

चाय कदापि सेवन न करो। यह नशा है। इसमें 'टेनिन' नामक विष होता है। जो पेट पर भयानक प्रभाव करता है। चाय पीना भारतीय सभ्यता नहीं बल्कि पाश्चात्य सभ्यता है।

(५९)

खाने पीने की चीजें, लोहा, ताम्बा कांसी, पीतल, चांदी, सोना आदि धातु निर्मित पात्रों में अथवा वृक्षों के पत्तों से बने हुए पत्तलों अथवा दोनों में रखना चाहिए। मिट्टी के बर्तनों में भोजन करना ठीक नहीं है।

(६०)

खाने पीने की चीजों के लिए, लड़ाई, झगड़ा, मारकूट, या वाद-विवाद नहीं करना चाहिए। जो लोग खाने-पीने की चीजों के लिए लड़ते-झगड़ते है वे असभ्य है।

— — —

१०

पारस्परिक व्यवहार

'भारतीय-सभ्यता आध्यात्मिक आधार-शिला पर रची गई है। इसीलिए उसमें संसार को स्वर्ग-धाम बनाने की शक्ति विद्यमान है। इस मनुष्य जीवन का उद्देश, संसार में आकर केवल खानापीना और आमोद प्रमोद नहीं है, इससे भी आगे कर्त्तव्य है। यह बात पाश्चात्य सभ्यतावालों को अभी सूझी ही नहीं है।

—नरदेव शास्त्री

(१)

थूकते वक्त या कुल्ली करतेवक्त, इस बात का बखूबी ध्यान रखो कि किसी दूसरे पर छींटे न उड़े। हवा का रुख देखकर कुल्ली करना या थूकना चाहिए।

(२)

घर में का कूड़ाकर्कट, फलों के छिलके, कागज जूठे दोने या ऐसी ही दूसरी वस्तुओं को बाहर फेंकते समय इस बात का ध्यान रखो कि किसी रास्ता चलते मनुष्य पर न गिरे।

(३)

इसी प्रकार घर के बाहर पानी वगैर फेकते हुए भी ध्यान रखो कि किसी आने जाने वाले पर न गिरे।

(४)

किसी से कुछ वस्तु लेकर, उसे मजाक मे भी फेंक कर न लौटाओ। जो चीजों को सभ्यतापूर्वक न देकर, फेंककर देते है, वे असभ्य है। लेते समय जिस तरह लिया था, लौटाते समय उससे भी अधिक विनय दिखलाते हुए लौटाओ।

(५)

चीज को फेंककर लौटाना, उस वस्तु का और जिसे लौटाया गया है उस व्यक्ति का अपमान है। सभ्य मनुष्य को उचित है कि लौटाते समय वस्तु धन्यवादपूर्वक, दोनो हाथो से, कृतज्ञता प्रकट करते हुए वापस दे।

(६)

जो वस्तु जिस व्यक्ति के लिए दुर्लभ है—अप्राप्य है, वह वस्तु उसे दिखा-दिखाकर बारबार काम मे लाना असभ्यता है।

(७)

यदि कोई व्यक्ति छुपाके पादना चाहता और फिर भी उसका शब्द हो ही जाय तो, उस वक्त यदि आपको हँसी आई हो तो, टाल देना चाहिए।

(८)

यदि आप दतौन वगैर. कर के अपना मुँह अच्छी तरह साफ

नहीं रखते हैं तो, किसी के मुह के पास मुंह मत ले जाओ। दतौन न करने से, तम्बाकू पीने से मुह मे असह्य बदबू आती है, जिसका खुद को कुछ भी पता नहीं रहता। इसलिए दूसरे को अपने मुँह की बदबू से तग न करो। जो लोग प्याज, लहसुन, जरदा, तमाखू, शराब आदि पीते-खाते है और जो मुह साफ नहीं रखते, वे दूसरे को बदबू पहुँचाने की कदापि असभ्यता न करें।

(९)

जिस किसीसे मिलने जुलने का जो टाइम निश्चित करो, उससे ठीक उसी समय मिलो। आवश्यक कामों को छोड़कर भी वक्त की पाबन्दी करो। यदि किसी अत्यावश्यक कार्य के आजाने से समय न हो तो भी उससे समय पर मिलकर, अपनी विवशता प्रकट करदो और छुट्टी माँगलो—अपने वचन को अवश्य निबाहो। यदि जाकर मिलने का भी समय न हो तो ठीक समय पर अपने न आने की सूचना क्षमा प्रार्थना-पूर्वक भेजदो।

(१०)

किसी से, मजदूरी के लिए पैसों से अधिक मेहनत लेने की इच्छा न करो। और न मजदूरी के लिए पैसों से कम काम करने की इच्छा ही करो।

(११)

किसी दूसरे की कोई वस्तु यदि अपने द्वारा बिगड़ जाय, अथवा खोजाय तो उस चीज के मालिक की जैसे हो सके वैसे तुष्टि करो। सबसे उत्तम तो यही है कि उसको वैसी ही दूसरी वस्तु दीजाय।

(१२)

मेले, बाजार, हाट, अथवा मनुष्यों के भीड़ भड़क्क में से गुजरते समय यदि किसी को आपसे धक्का लग जाय तो उससे तत्काल "क्षमा कीजिए" "मुआफ करना" आदि वाक्य बोलकर उसकी नाराजी हटादो।

(१३)

जो मनुष्य नींद में बेहोश हो, उसके साथ किसी भी तरह की छेड़ छाड़, हँसी दिल्लगी करना असभ्यता है। कई गवार, सोते हुए व्यक्ति का कपड़ा या चोटी वगैरः किसी दूसरी चीज से बांध देते है, मुँह को कालिख लगा देते है, हाथ मे जूती पहिनाकर कान मे या नाक मे बत्ती करते है इत्यादि कार्य महान असभ्यता सूचक है।

(१४)

यदि कोई सो रहा हो तो, उसके पास ऐसा कोई काम मत करो जिससे उसकी नींद मे खलल पहुचे। पास से गुजरते समय पैरों का शब्द न होने दो आहिस्ता-आहिस्ता चलो। शोर गुल न करो। किसी प्रकार की गड़बड़ न करो।

(१५)

अगर कोई तुम्हें गाली दे रहा हो तो तुम भी गाली न देने लग जाओ। क्योंकि गाली बकना असभ्यता है। उस असभ्य को उत्तर देने के लिए स्वय असभ्य मत बनो। हलके और छोटे व्यक्ति ही गालियाँ बकते हैं।

(१६)

कई हलके लोग दूसरों को बदनाम करने, अपना मतलब गाठने,

अथवा डराने धमकाने के लिए दीवारों पर गन्दी बातें लिख देते है। यह असभ्यता है। लेकिन इन अविचार लोगों की बातों पर ध्यान देकर, उनके लिखे के नीचे अपनी ओर से गन्दी बातें लिखना और भी ज्यादा असभ्यता है।

(१७)

जहाँ कहीं ऐसी गन्दी बातें लिखी देखो उसे फौरन ही किसी तरह साफ करदो। असभ्यों की हर्कतों को व्यर्थ करने का काम यदि *सभ्य अपने हाथ मे लेलें तो बहुत कुछ उपकार हो सकता है।*

(१८)

रेल वगैर· की सवारी मे यात्रा करते समय अपनी सुविधाओं का ही ध्यान न रखो बल्कि अपने पास बैठनेवाले मुसाफिरों की तकलीफ और आराम पर भी ध्यान दो।

(१९)

रेल की खिड़कियों मे इस तरह अड़कर न बैठो और न खड़े होओ कि लोगो को शुद्ध वायु का मिलना मुश्किल हो जावे। ठंड के मौसिम मे खिड़कियाँ खोलकर दूसरे लोगो को कष्ट पहुचाना भी अनुचित है। अपने सब साथियो के दु:ख सुख का ध्यान रखो।

(२०)

रेल के डिब्बे मे यदि दूसरो के बैठने के लिए स्थान खाली हो तो, अपने आराम के लिए दूसरो को अन्दर घुसने से न रोको। उन्हें आने दो, झगड़ा न करो। दूसरे यात्रियों के बाहर चले जाने का झूठा बहाना बनाकर उन्हें धोखा न दो। बल्कि यदि स्थान हो तो

घबराए हुए, जगह प्राप्ति के लिए भटकते हुए लोगों को बुलाकर बिठाना सभ्यता है।

(२१)

रेल के डिब्बे में जब उसमें लिखे हुए यात्रियों से अधिक मनुष्य चढ़ हों तो उसमें घुसना असभ्यता है। प्राय रेल के कर्मचारी भी ठसाठस भरे हुए डिब्बे में और ज्यादा ठूँस देते हैं, यह असभ्यता है।

(२२)

रेल के डिब्बे में बैठने की पटरी पर बिना किसी कारण विशेष के टाँगे फैलाकर या सामान फैलाकर बैठना अनुचित है। यह कैसी विचित्रता है कि एक यात्री तो खड़ा हुआ मुँह ताके और एक सोता रहे या टाँगे फैलाकर बैठा रहे। ऐसे लोग जो दूसरे के अधिकारों का हरण करते हैं असभ्य हैं।

(२३)

पान सुपारी वगैरह चीज जब मुँह में हो तो दूसरे से बातचीत करते वक्त इस बात का ध्यान रखो कि किसी पर थूक न उड़ने पावे। और इसका भी ध्यान रखो कि खुद अपने कपड़ों पर भी पान की पीक वगैरः न गिरने पावे।

(२४)

हँसी-दिल्लगी, प्रायः जी बहलाने या चित्त में प्रसन्नता उत्पन्न करने के लिए की जाती है। ऐसा हँसी-मजाक कभी न करना चाहिए जिससे किसी को बुरा मालूम हो। रात दिन हँसी-मजाक भी अच्छा नहीं। क्योंकि कहा है—

"रोग का घर खांसी, लड़ाई का घर हांसी ।"

(२५)

बिना आज्ञा प्राप्त किए, किसी की सवारी, आसन और पलङ्ग पर मत बैठो ।

(२६)

जिससे, जितने पैसे, जिस काम के लिए ठहरा लिये हो, उसे वह काम हो जाने पर उतने ही पैसे दो । कम देने की कोशिश करना अनुचित है, अन्याय है ।

(२७)

धोबी, नाई, भंगी, चमार, कुम्हार, भाट, कापड़ी आदि मनुष्यों की मजदूरी हमेशा पूरी दो । इन्हें यदा-कदा कुछ अधिक, या इनाम वगैरः देकर प्रसन्न रखो । ये लोग प्रसन्न होकर कीर्त्ति, और अप्रसन्न होने पर अपकीर्ति करते हैं ।

(२८)

किसीके सिर के बाल पकड़कर न खींचो, और न सिर में मारो ही । प्रायः, जब कोई खोपड़ी घुटाकर आता है तब उसके मित्र-वर्ग उसकी मुंडी हुई खोपड़ी में चपतें जमाते हैं । यह असभ्यों का मजाक है ।

(२९)

अगर किसी के सिर पर से साफा, पगड़ी टोपी वगैर गिर पड़े तो हंसने न लगो । गम्भीरता धारण करलो । उसकी झेंप कम करने के लिए दूसरी ओर देखने लगो या ऐसा बहाना करलो मानो उस ओर ध्यान ही नहीं है ।

(३०)

किसी के पास जो वस्तु न हो, अथवा पास होते हुए भी, जिससे पाने की आशा न हो उससे कदापि वह वस्तु न मांगो।

(३१)

ऐसा अनजान व्यक्ति जिसे आपसे कोई सम्बन्ध न हो, असमर्थता से या आपत्तिवश, यदि कोई काम करने मे समर्थ न हो तो उसकी सहायता अवश्य करो। अन्तरात्मा की प्रेरणा पर उसका हाथ न बॅटाना असभ्यता है।

(३२)

जिस किसी ने आपके साथ उपकार किया हो, अवसर मिलते ही उपकार का बदला चुकाने मे भूल न करो।

(३३)

किसी की गुप्त बात अथवा कार्य आपको मालूम हो तो बिना किसी प्रबल कारण के, क्रोधी अथवा अदूरदर्शिता के वेग मे, प्रकट न करो।

(३४)

किसी व्यक्ति को अचानक चमकाने का प्रयत्न न करो। कभी-कभी इसका इतना भयङ्कर परिणाम होता है कि मनुष्य को बड़ा ही पश्चात्ताप करना पड़ता है।

(३५)

यदि भूल से किसीकी कोई वस्तु आपके पास आ गई हो या अधिक आ गई हो तो, उसे उसकी वस्तु वापस लौटा दो। कभी-कभी

कई लोग परीक्षा के लिए भी जान बूझकर अधिक वस्तु दे देते हैं।

(३६)

किसीकी दैनिक दिन-चर्या, जो उसने अपनी डायरी या नोटबुक में लिखी हो, बिना उसकी आज्ञा के देखने या पढ़ने की असभ्यता न करो।

(३७)

किसी के जेब में से बाहर दिखनेवाली वस्तु जैसे रूमाल, कागज, पेंसिल, फाउन्टेनपेन, वगैर खींचकर न निकाल लो। यह काम असभ्यों का है।

(३८)

भूल से किसीने यदि आपका कुछ नुकसान कर दिया हो—या अनजान में हो गया हो तो जान बूझकर उसी वक्त उसका नुकसान करने का इरादा कदापि न करो।

(३९)

तोतले या हकला कर बोलनेवाले की नकल न करो। इससे उसके दिल को दुःख होगा।

(४०)

लगड़े, लूले, काने, अन्धे और इसी तरह के अंगहीन, दीन मनुष्यों की नकल या उपहास मत करो। उन गरीबों को न चिढ़ाओ।

(४१)

किसी दूसरे की वस्तु को लालच वश न उठाओ कई लोग दूसरों के स्वभाव और आदत की परीक्षा के लिए भी कुछ वस्तु रख देते हैं,

और इसी पर से उसके ईमानदार या बेईमान होने का अनुमान कर लेते हैं।

(४२)

हँसी दिल्लगी करने के लिए भी किसी वस्तु को उसके मालिक की गैर हाजिरी में मत उठाओ, मत छिपाओ। यह बात कभी-कभी चोरी की सीमातक पहुंच जाती है।

(४३)

बिना आज्ञा प्राप्त किए दूसरे की वस्तु को न छुओ—और न उठाओ।

(४४)

होली के दिनों में कई असभ्य लोग, आलू, गाजर, शलजम, लकड़ी वगैरा में गन्दे शब्द खोदकर ठप्पा बना लेते हैं और आने आने जानेवाले लोगों के वस्त्रों पर, रंग में भिगो-भिगो कर छाप लगा देते हैं। यह असभ्यता है।

(४५)

जो जाति या धर्म, जैसे मुसलमान, ईसाई इत्यादि, होली के त्योहार को नहीं मनाते, उनपर रंग, गुलाल आदि वस्तुएं बिना उनकी अनुमति के मत डालो।

(४६)

होली के दिनों में, गोबर, कीचड़, मूत्र, मल, तथा ऐसी ही दूसरी गन्दी चीजें दूसरों पर मत डालो। जो डालते हैं वे असभ्य हैं। अबीर गुलाल, रंग, केसर, अर्गजा, सुगन्धित जल, इत्र आदि से लोगों का सत्कार करना सभ्यता है।

(४७)

जिसका अपराध हो, उसे ही उस बारे मे जो भी कुछ भला बुरा कहना हो कहो। व्यर्थ किसी का दोष किसी और के सिर मढना ठीक नहीं है। "कुम्हार जब कुम्हारी का कुछ न कर सका तो बेचारे गधे के कान ऐंठे।" वाला मसला न करो।

(४८)

जो वस्तु जिससे ली हो, वह उसीको लौटाओ। अर्थात् जो उस वस्तु का सच्चा अधिकारी है उसीको दो—किसी दूसरे को मतदो।

(४९)

किसी की वस्तु माँगी हुई लेकर, उसे हज्म न कर जाओ। उसका दूसरा मालिक है—आपका उसपर अधिकार ही क्या है ?

(५०)

जिससे, जितने दिन के लिए, जिस शर्त्त पर, जो वस्तु लो, उसे उतने ही दिन मे शर्त्त के अनुसार सुरक्षित लौटा देना चाहिए।

(५१)

जिससे आप यथा समय कोई वस्तु माँग कर लेते है और वह दे देता है, तो यदि वह व्यक्ति कभी आपसे कोई वस्तु माँगे तो देने से इन्कार न करो।

(५२)

प्रत्येक देश की व्यवहारिक सभ्यता मे थोडी बहुत भिन्नता अवश्य रहती है। इसलिए विदेशी मनुष्यो के साथ बहुत ही सभ्यता से व्यवहार करो। ऐसा न हो कि कहीं आप उनकी नजर मे बदतमीज ठहरें।

(५३)

भयानक प्राणियों के मृत शरीर से, किसी पर डाल कर या छुआ कर—मत डराओ। सर्प बिच्छू आदि जीवों के मृत शरीर को दूसरे लोगो पर फेंक कर उन्हे चमकाना असभ्यता।

(५४)

यदि आप किसी के पास सो रहे हों तो, इस बात का ध्यान रखो कि आपका कोई अग जैसे हाथ या पाँव दूसरे पर निद्रितावस्था मे न जा गिरे।

(५५)

यदि आप किसो से कोई पुस्तक माँगकर पढने लाए है और वह फट जावे, खराब हो जावे या खो जावे तो, उसे उसके बदले में नई पुस्तक मंगाकर देना चाहिए। क्योकि उसने आपको पढने के लिए पुस्तक दी थी, न कि खराब करके लौटाने या खो देने के लिए।

(५६)

यदि किसीको बुलाना हो तो, उसके नाम को सम्मान सूचक शब्दों मे उच्चारण करो। और दो चार बार से अधिक न पुकारो।

(५७)

किवाड अथवा अन्य स्थानों के छिद्रों मे से चुपचाप अकारण ही आँख लगाकर किसी के घर मे अन्दर की ओर देखना असभ्यता है।

(५८)

किसी के प्रति कुछ अहसान करके उसे जताने का प्रयत्न मत करो। और न उसका बदला पाने की आशा ही करो। किसी के साथ

किए हुए उपकार को लोगों मे प्रकट करते फिरना, ओछे मनुष्यों का काम है।

(५९)

यदि कोई मेहमान या इष्ट मित्र आप के घर आया हो तो आपको उसके पास उपस्थित रहना चाहिए। उस समय यदि कोई आवश्यकीय कार्य ही आजावे तो, उसके लिए आगन्तुक महाशय से आज्ञा प्राप्त करो।

(६०)

किसी की कोख मे, बगल मे, या अंग के दूसरे भागों मे गुद-गुदाना और खासकर कई लोगों के सामने ऐसा व्यवहार करना असभ्यता है।

(६१)

जिससे एकबार प्रेम किया हो—घनिष्ठ मित्रता रही हो, उससे यथा सम्भव बैर न करो। यदि कारणवश मनोमालिन्य का अवसर आ ही जाय तो, उसे अपने मन में छिपा रखो, दूसरे लोगों पर प्रकट न करो।

(६२)

अचानक पीछे से जाकर, किसी की आँखें मूँदना या उसे चमका देना अनुचित है।

(६३)

किसी की वस्तु को, मौका मिलते ही छिपा कर, उसके बदले में मिठाई या पैसे लेने की चेष्टा करना बुरी बात है।

(६४)

किसी की खोई वस्तु यदि आपको मिल जावे तो उसके स्वामी से उसके बदले मे कुछ प्राप्त करके लौटाना अनुचित है।

(६५)

अपने घर आए भिक्षुक को यदि आप कुछ देना नहीं चाहते तो उसे झिडको मत, बल्कि प्रेम पूर्वक मीठी वाणी से उसे चले जाने के लिए कहो।

(६६)

बालकों को चाहिए कि अपने साथियो से और सहपाठियो से कभी लडाई झगडा न करें, बल्कि प्रेमपूर्वक भाई भाई की तरह रहे।

(६७)

अपने मैले हाथों को किसी दूसरे व्यक्ति के वस्त्र से चुपचाप पोछने का विचार मत करो।

(६८)

किसी के शरीर पर पहने हुए धार्मिक चिह्न जैसे जनेऊ, गण्डे, तावीज, सेली, मगलसूत्र आदि को अकारण ही न छुओ और न खीचो।

(६९)

किसी की मेहनत का बदला दिये बिना न रहो। यदि वह उस वक्त अपने श्रम का बदला लेने मे इन्कार करे तो फिर कभी किसी दूसरे बहाने उसका पारश्रमिक किसी न किसी रूप मे चुका दो।

(७०)

अगर कोई चूल्हे के पास, अर्थात् चौके मे भोजन कर रहा हो

तो ऐसे समय लकड़ी बुझाना या अन्य किसी तरह से धुआँ उत्पन्न करना असभ्यता हैं।

(७१)

यदि चौके में सखरी निखरी (कच्ची पक्की) रसोई का ध्यान रखा जाता हो, तो उसी के अनुसार आचरण करो। किसी की सखरी (कच्ची) रसोई मे—चौके मे—आप तभी घुसें जब कि वह आपके हाथ को कच्ची रसोई खाता पीता हो अन्यथा भूल कर भी चौके मे न जावे। पक्की मे अधिक छूतछात का ध्यान नहीं रखा जाता है।

(७२)

किसी के यहाँ से वी० पी० द्वारा कोई वस्तु, मगाकर उसे लौटा देना महान् असभ्यता है। यदि वी० पी० लौटाना ही हो तो न मंगाना ही अच्छा है। विचार करने के बाद ही वी० पी० भेजने का आर्डर (Order) भेजो। वी० पी० लौटाने वाले का विश्वास उठ जाता है और वी० पी० भेजनेवाले की डाकखर्च पेकिंग वगैर मेहनत व्यर्थ जाती है। इस प्रकार दूसरे को हानि पहुचाना असभ्यता है।

(७३)

कभी कभी देखा जाता है कि लोगों ने वी० पी० द्वारा कोई वस्तु मंगाई और वह उन्हे पसंद न आई तब वे झुँझलाकर फर्जी नाम से उसी को आर्डर भेजते है। वी० पी० आती है और पता न लगने के कारण लौट जाती है। ऐसा करने से उनका मतलब उसे हानि पहु-चाना होता है। यह असभ्यता है।

(७४)

झूठे विज्ञापन देना, और दाँव पेंच भरी भाषा से लोगों को धोखा देना असभ्यता है। कई दूकानदार अपनी फूटी-टूटी दूकान और कम्पनी का नाम बड़ा भड़कीला रख कर चीजों का विज्ञापन देते है। और रद्दी चीजें ग्राहकों को देते है। यह महा अनुचित ही नहीं साफ़ धोखा है। यह विज्ञापन का घृणित और महा नीचतापूर्ण तरीका है।

(७५)

किसी के लाड प्यार मे रखे हुए ओछे नाम को, उस नामवाले व्यक्ति को बुलाते समय, आप उच्चारण न करें। वह नाम उन्हीं के मुँह से ठीक जॅचता है जो उस नाम को बोलने के सच्चे अधिकारी है, या जिन्होंने वह नाम रखा है।

(७६)

देखने के लिए अथवा किसी अन्य कारण से किसी के सिर की टोपी, पगड़ी या साजा अपने हाथों आप न उतार लो, बल्कि उससे नम्रता पूर्वक माँगकर लो।

(७७)

यदि आपने कहीं पर किसी की निन्दा, बुराई सुनी हो और जिसकी निन्दा की गई हो उसे आप यदि सुनी हुई निन्दाजनक बात कहना चाहते हों तो एकान्त मे कहो—लोगों के सामने चर्चा न करो।

(७८)

यदि किसी ने आपसे कोई गुप्त बात कही हो, और उसे प्रकट

करने के लिए आपको मना कर दिया हो तो, आप उसे गुप्त ही रखें। प्रकट करने की असभ्यता न करें।

(७९)

जबानी बातों का जवाब जबान से ही देना चाहिए और लिखित बातों का उत्तर लिखकर ही दो। लिखी बात का जबानी और जबानी बातचीत का लिखा हुआ उत्तर बिना किसी कारण विशेष के कदापि न दो। वाद-विवाद के समय अथवा शास्त्रार्थ के समय इस बात का विशेष ध्यान रखने की जरूरत है।

(८०)

किसी चीज़ को देखकर उसे प्राप्त करने के लिए ललचा न उठो। उसे अकारण ही न माँगो। क्यों कि यदि उसने नहीं दी तो आपके दिल को बहुत दुःख होगा, और आप उससे माँगेंगे इसलिए उसे भी दुःख होगा।

(८१)

दूसरों की चीजों को बिना उसके मालिक की आज्ञा के कदापि काम मे न लाओ। खासकर के उसकी प्रिय वस्तुओं को बिना पूछे कभी प्रयोग न करो। किसी की मशीन या हथियार वगैरः तो बिना पूछे कदापि न छुओ।

(८२)

दूसरे की वस्तु को बेपरवाही से काम मे न लाओ, बल्कि बहुत ही सावधानी से प्रयोग करो। अपनी वस्तु से भी अधिक उसे सँभाल-कर रखो।

(८३)

नाई लोग हजामत बनाते समय, प्राय: चोटी, मूछ, नाक, कान, और गालों का चमडा खूब जोर से खींच-तानकर बाल बनाते है। ऐसे नाई असभ्य और गँवार है।

(८४)

कई गँवार नाई अस्तुरे वगैरः को अपने पाँवों की पिंडलियों पर या हाथ की हथेलीपर लौटते पलटते है और काटे हुए बालो को पोंछते है। यह गन्दगी है।

(८५)

दूकानदारों को चाहिए कि अपने यहाँ आए हुए ग्राहको से मीठा बोले और चीजे दिखाने मे या भाव बताने मे भुझलाहट और रूखा-पन न बतावे।

(८६)

व्यापारियों को तथा दूकानदारो को चाहिए कि ग्राहको से झूठी कीमत न बोले। और अच्छी चीज का मूल्य लेकर, खराब चीज उसके सिर न मढ दे।

(८७)

जिन दूकानो पर तरुण स्त्रियाँ बैठकर दूकानदारी करती हो, उन दूकानों पर तरुण सभ्य पुरुषो को सौदा खरीदने नहीं जाना चाहिए।

११

आदर-सत्कार

"भारतवर्ष सर्वथा सभ्य है और उच्चकोटि का सभ्य है।"

सरजान वुडरफ

(१)

अपने से पद, वय, विद्या और मान मे बडे, व्यक्ति का आदर करो। न स्वय इनका अनादर करो और न दूसरों से कराओ।

(२)

अपने पूज्य गुरुजनो को, जिनके प्रति आप आदरभाव रखते हों, जब कभी सामने आजावे या मिले तब उहे प्रणाम अवश्य करो। उन्हे देखकर आखें बचाना, या मुह छिपाना असभ्यता है।

(३)

दिन मे थोडी-थोडी देर बाद यदि एकही आदरणीय व्यक्ति से भेंट हो तो बार बार प्रणाम न करो। अधिक समय बाद एक ही व्यक्ति से अनेक बार प्रणाम करना उचित होता है।

(४)

प्रणाम करते समय बेपर्वाही नहीं होनी चाहिए । हृदय मे श्रद्धा, भक्ति, प्रेम रखकर ही प्रणाम करो ।

"अभिवादन शीलस्य नित्यवृद्धोपसेविन ।
चत्वारो तस्यवद्धन्ते आयु कीर्तिर्यशोबलम् ॥"

(५)

अपने पूज्य तथा मान्य जनों को आते देखकर उनका स्वागत करने के लिए कुछ आगे बढकर, उनसे प्रणाम करो ।

(६)

अपने पूज्यों के पैर छूते समय अपने दाहिने हाथ से उनका दाहिना और अपने बाए हाथ से बायाँ पैर छुओ ।

(७)

माता-पिता, गुरु और अपने पूज्य जनो के चरणों का नित्य प्रात काल श्रद्धाभक्ति पूर्वक स्पर्श करना चाहिए । और बराबरवालो से यथायोग प्रणामभिवादन करलेना चाहिए ।

(८)

जिससे नित्य प्रणाम करते हो, उससे कभी प्रणाम करना और कभी न करना असभ्यता है ।

(९)

अपने बराबरवालों से भी और उम्र मे कुछ छोटे व्यक्तियो से भी प्रेम प्रदर्शनार्थ 'नमस्कार', 'नमस्ते,' 'वन्देमातरम् आदि अभिवादक शब्दों का प्रयोग करके—प्रणाम करो ।

(१०)

जो उम्र में, पद मे, प्रतिष्ठा मे, बुद्धि मे या काय मे अपने समान हो और आपस मे प्रणाम का व्यवहार चालू हो तो सदा दूसरे के द्वारा पहिले प्रणाम की आशा न करो, वल्कि सभ्यता इसी में है कि उसके पहिले ही आप उससे प्रणाम करलो।

(११)

अपना पूज्य अथवा वयोवृद्ध व्यक्ति यदि कारण विशेष से आपका सम्मान करने के लिए प्रणाम करे तो इस बात का ध्यान रखो कि उन्हे आपसे पहले प्रणाम करने का मौका ही न मिलने पावे। वे प्रणाम करें उसके पूर्व ही आपको प्रणाम करना चाहिए।

(१२)

बिना किसी कारण विशेष के दूर से ही चिल्लाकर प्रणाम सूचक वाक्य बोलना असभ्यता है।

(१३)

यदि कोई अपने मुह से प्रणाम सूचक वाक्य विशेष बोलकर प्रणाम करता है तो आप भी उसके प्रणाम का उत्तर मुह से बोलकर ही दो। गूँगे बनकर खाली सिर न हिलादो।

(१४)

प्रणाम करने की भारतीय प्रथा दोनों हाथ जोड़ना और बुजुर्गों के पैर छूना है, अतएव जब किसीको प्रणाम करो तो दोनो हाथ जोड़कर करो। सिर को एक हाथ लगा कर प्रणाम करने की पद्धति भारतीय नहीं—विदेशी है।

(१५)

हाथ खाली होने पर प्रणाम के लिए हाथ नहीं उठाना और मुह से ही बोलकर प्रणाम करना अनुचित है।

(१६)

यदि आपसे कोई प्रणाम करे और आप जान बूझकर उसका उत्तर न दे तो बडी असभ्यता है। ऐसा कभी न करो।

(१७)

जब किसीसे प्रणाम करो तो, इस बात का ध्यान रखो कि कोई भद्दी अथवा अशुभ वस्तु हाथ मे न हो। जैसे झाड़ (बुहारी) या डण्डा वगैरः। यदि डण्डा, बेत या छडी हाथमे लिए प्रणाम करना हो तो इस बात का ध्यान रखो कि वह नीचे की ओर लटकता रहे। प्रहार करने के लिए उठाए जाने वाले डण्डे की तरह न हो।

(१८)

जिससे आप प्रणाम करना चाहते है, और आपके तथा उसके बीचमे कोई व्यक्ति हो तथा वह व्यक्ति आपको देख रहा हो तो उसके अलग हो जाने पर या ऐसा मौका देखकर प्रणाम करो कि, उस बीच के मनुष्य को अपने लिए प्रणाम करने का धोखा न हो।

(१९)

अपने पूज्य पुरुषो के साथ चलते फिरते समय यदि कोई दूसरा व्यक्ति आपको प्रणाम करे तो बहुत ही लुका छिपा कर उसके प्रणाम का उत्तर दो।

(२०)

इसी प्रकार यदि आपके साथी पूज्य पुरुष को कोई अभिवादन या प्रणाम करे तो आप उसके प्रणाम का उत्तर देने की असभ्यता न करें।

(२१)

जिस प्रकार दूसरे देशों अथवा जातियां मे प्रणाम सूचक वाक्य विशेष मुकर्रर हैं उस तरह भारत मे और विशेषतः हिन्दू जाति मे प्रणाम का कोई तरीका या वाक्य निश्चित नहीं है। ऐसी दशा में प्रणाम के लिए एक या दो वाक्यो का निश्चित कर देना सहज काम नहीं है। इसलिए प्रणाम मे उत्तम, अर्थयुक्त, मधुर और नम्रता सूचक वाक्यों का प्रयोग ही उत्तम है। जिस वाक्य को आप प्रयोग करें उसमे नमन सूचक शब्द अवश्य हो। केवल "जय जय" कर देने मे प्रणाम सूचित नहीं होता। प्रणाम का यह जय सूचक वाक्य निरर्थक और बुद्धिशून्य है।

(२२)

जब कोई पूज्य पुरुष अपने घर आवे तो उसे उठकर मान दो। यदि आप स्वय किसी उच्च आसन पर बैठे हों तो, वह उसके लिए खाली कर दो, आप किसी दूसरे आसन पर बैठ जाओ। इसी प्रकार जब वह वापस जावे तो उसके साथ साथ कुछ दूरतक जाकर शिष्ट शब्दों मे उसका सत्कार कर विदा करदो।

"अभिवादयेद्धि वृद्धाश्च दद्याच्चैवासन स्वकम् ।
कृताञ्जलिरुपासीत गच्छत पृष्ठतोऽन्वियान् ।"

(२३)

किसी मनुष्य के अपने घर आने पर, आइए, पधारिए, गृह-पवित्र कीजिए, विराजिए, तशरीफ लाइए, इत्यादि प्रेम भरे शब्दों से नम्रता दिखलाते हुए स्वागत सत्कार कीजिए।

(२४)

अपने यहाँ आए मनुष्य की इच्छा देखकर, "कैसे कृपा की ?" "कैसे कष्ट किया ?" "किधर रास्ता भूल गए ?" "क्या आज्ञा है ?" आदि प्रेमपूर्ण शिष्ट वाक्यों को बोलते हुए, उसके आने का कारण पूछो। तत्पश्चात् शिष्टतापूर्वक बातचीत आरम्भ करो।

(२५)

अपने घर आए हुए का, यदि वह आपका शत्रु भी हो तो अनादर मत करो। घर आए शत्रु का प्रेमपूर्वक सत्कार करो। यह आपके हृदय की विशालता का सूचक होगा। घर आए शत्रु से वैसा ही व्यवहार करो, जैसा कि आप सर्वसाधारण से करते हो।

(२६)

अपने पूज्यजनों के सामने पैर पर पर रखकर मत बैठो और न उनसे ऊँचे आसन पर ही बैठो।

(२७)

यदि किसी का अपने प्रति थोड़ा सा भी उपकार हो तो "मैं आपका आभारी हूँ" "कृतज्ञ हूँ" "अहसानमन्द हूँ" आदि वाक्यों द्वारा उसका सम्मान करो।

(२८)

अपने मान्यपुरुषों के बराबर चलने या बैठने का विचार मन मे भी मत रखो। किसी के साथ चलने फिरने से मनुष्य वैसा नहीं बन जाता बल्कि आचरणों द्वारा मनुष्य सम्मान अथवा अपमान प्राप्त करता है। इसलिए ऐसे काम करो कि लोग आपका मान करें। कई लोग न कुछ होते हुए भी अपने से बड़े लोगों के बराबर बैठने या चलने मे अपना गौरव समझते है—यह असभ्यता है। ऐसे लोग गवार समझे जाते है।

(२९)

मुसाफिरी मे, यान मे, वाहन पर, अथवा आपत्काल मे अपने मान्य-पुरुषो के साथ चलना फिरना, उठना बैठना पडे तो कोई हानि नहीं।

(३०)

अपने घर पर आए हुए व्यक्ति का, जल, अन्न, पान सुपारी, इत्र आदि स्वागतोपयोगी द्रव्यो से स्वागत सत्कार करो। भारतीय सभ्यता मे "आतिथ्य" एक महान यज्ञ है।

(३१)

यदि अपने घर आए व्यक्ति का आतिथ्य पानसुपारी आदि से करना हो तो, उसके आते ही सत्कार करो अन्यथा फिर उसके जाते समय करो।

(३२)

सत्कार के लिए दीजानेवाली वस्तु खुद अपने हाथ से उठाकर किसी को मत दो, बल्कि उसके आगे करदो वह स्वयं ले लेगा।

(३३)

यदि कोई सत्कार के लिए पान, सुपारी, लौंग, इलायची इत्र वगैरः आपके सामने करे तो धन्यवाद पूर्वक उसमें से यथावश्यक लेलो और बाद में आपके सामने उक्त वस्तुओं को उपस्थित करने वाले से हाथ जोड़कर प्रणाम करो।

(३४)

यदि आदर सत्कार में कोई मादक पदार्थ हो तो उसे लेने से स्पष्ट इन्कार करदो। सत्कार में बीड़ी, सिगरेट, हुक्का, चिलम, चाय वगैर. का उपयोग भारतीय-सभ्यता के विरुद्ध कार्य है।

(३५)

यदि कोई व्यक्ति आपके सामने खाने-पीने की वस्तु आदर प्रदर्शनार्थ उपस्थित करे तो, उसे अधिक मात्रा में लेने की इच्छा न करो बल्कि इस बात का ध्यान रखते हुए इतनी लो कि, किसी की आँखो में न खटके। साथ ही इस बात का ध्यान भी रखना चाहिए कि वह वस्तु वहाँ पर मौजूद सभी लोगों को मिल सके।

(३६)

जलसे में, सभा-सोसायटी में, फर्श पर, या ज़मीन पर पड़ी हुई पान, सुपारी, इलायची आदि वस्तुओं को बीनकर मत खाओ।

(६७)

आपको, जाते ही यदि गृहस्वामी ने पान सुपारी वगैर: नहीं दी हो, और कुछ देर ठहरने—बैठने के बाद दे तो, उस आतिथ्य को

स्वीकार करके वहाँ से चल देना चाहिए। इस प्रकार बीच मे दी गई पान सुपारी को वहाँ से चले जाने की मूक भाषा समझो।

(३८)

यदि आप मादक द्रव्य सेवन करने के अभ्यासी हों तो अपने घर आए सज्जन को उसके सेवन का आग्रह करना अनुचित है। बल्कि उसके सामने नशे की चीज खाना-पीना असभ्यता है।

(३९)

किसी से पृथक होते समय, "आज्ञा हो" "इजाजत दीजाय" "आपका बहुत अमूल्य समय नष्ट किया" आदि शिष्टाचार सूचक वाक्य बोलकर वहाँ से अलग होना चाहिए।

(४०)

आते समय—मिलने पर जो प्रणामादि मान प्रदर्शक वाक्य कहे थ वे ही वाक्य वहाँ से बिदा होते समय—बिछुड़ते समय आपस में बोलना आवश्यक है। अर्थात् जाते समय भी प्रणामादि करके वहाँ से जाना चाहिए।

(४१)

किसीके पहिनने के वस्त्रों को, और खासकर सिरपर धारण किये जाने वालों को, पैर से न छुओ। यदि भूल से पैर लग जावे तो, अपनी भूल स्वीकार करने के लिए उसे उठाकर अपने सिर से लगाओ।

(४२)

किसी निकटस्थ व्यक्ति के शरीर को, चलते फिरते, उठते बैठते भूल से आपका पैर छू जावे तो उसके उस स्थान को जहाँ पैर छुआ

हो, अपने हाथ से छूकर हाथ को सिरसे लगालो। या उससे क्षमा माँगो।

(६३)

अपने वयोवृद्ध, पूज्य, पिता, गुरु, बडा भाई आदि के वस्त्र न पहिनो। उनके सिर पर धारण करने के वस्त्रों को न पहिन ने का विशेष ध्यान रखो। इनके जूते और खड़ाऊँ भी न पहनो और न इनके बैठने के आसन पर ही बठो।

(६४)

यदि कोई व्यक्ति आपको सत्कार रूप मे कुछ देना चाहता है और वहाँ आपका कोई माननीय मित्र या गुरुजन भी उपस्थित है तो आपका कर्त्तव्य है कि पहले आप उस वस्तु को न ले और अपने गुरुजन आदि के ले चुकने के पश्चात् ग्रहण करे।

(६५)

यदि आप चारपाई या पलङ्ग पर लेटे हुए है और कोई आपसे मिलने आता है तो उसे आप सिरहाने की ओर बिठाओ और आप खुद पैताने की तरफ बैठो।

(६६)

यदि आप स्वस्थ है और लेटे हुए है, और इसी बीच कोई आदमी आपसे मिलने आता है, तो उठ बैठो। लेटे मत रहो। लेट कर बातचीत करना असभ्यता है।

(६७)

अपना पूज्य या मुखिया यदि किसीके आदर सत्कार प्रदर्शनार्थ

खड़ा हों तो, जितने भी वहाँ व्यक्ति उपस्थित हों सबको खड़े हो जाना चाहिए। और उसके बैठ जाने पर या चले जाने पर ही सबको बैठना चाहिए। यदि व्याख्यान कथा उपदेश वगैरः हो रहा हो तो वहाँ ऐसा नहीं करना चाहिए।

(४८)

यदि मन्दिर में, कथा में, अथवा किसी महात्मा के उपदेश देते समय वहाँ कोई सरकारी उच्च अधिकारी आवे तो उसके सम्मानार्थ खड़े होना अनुचित है।

(४९)

परदेश जाते समय, दूसरे ग्राम जाते समय, विदेश अथवा किसी गाँव से लौटकर आते समय, बहुत दिनों के लिए पृथक होते समय, बहुत दिनों बाद लौटकर आने पर, और संस्कार वगैर: से संस्कृत होने पर, अपने पूज्यों के पैर छूकर आशीर्वाद प्राप्त करो।

(५०)

अपने पूज्य, मान्य एवं गुरुजनों से क्रोध में भी कटु वचन न कहो। उनसे सदा विनीत होओ। इनके साथ लड़ाई झगड़ा और वितण्डा करना असभ्यता है। जो अपने माननीय व्यक्ति पर नाराज होते हैं या उनके प्रति कड़े एवं अपमान सूचक शब्दों का प्रयोग करते हैं वे अत्यन्त नीच मनुष्य हैं।

(५१)

यदि कोई महाशय सत्कार, शिष्टाचार प्रदर्शनार्थ आपके सामने वस्तु उपस्थित करके उसे लेने या उसमें से ले लेने का आग्रह करे तो

उसे फौरन लेने को उद्यत न हो जाओ, बल्कि पहले आभार प्रदर्शन करते हुए लेने से इन्कार करो। यदि विशेष आग्रह हो तो थोड़ी बहुत लेकर उसकी अभिलाषा पूर्ण करो।

(५२)

किसीको देखकर प्रणाम करने के लिए हाथ उठाकर, गर्दन, कान, नाक, मुँह, सिर, आदि अंग खुजलाने न लग जाओ। कई असभ्य जान बूझकर सामने वाले को धोखा देने के लिए ऐसा करते हैं। यदि कहीं ऐसे अंगों में खुजाली भी चले तो किसी सामने वाले को प्रणाम आदि का धोखा न हो जाय, इसलिए सम्भल कर खुजलाना चाहिए। अपने हाथ को खुजलाने के लिए इस ढंग से ले जाओ कि किसीको भ्रम ही न हो।

(५३)

किसी उत्सव, सभा या समाज में पहुचने पर वहाँ के उपस्थित सभ्यों को प्रणाम अवश्य कर लेना चाहिए।

(५४)

बहुत दिनों से मिलनेवाले अपने प्रेमी से जिसके साथ समानता का व्यवहार हो हाथ मिलाना चाहिए। लोगों का ऐसा अनुमान है कि हाथ मिलाने की परिपाटी पाश्चात्य है, किन्तु हाथ मिलाना भारत की अति प्राचीन सभ्यता है। द्वापर में हाथ मिलाने की प्रथा का होना पाया जाता है। बराबरवाले या छोटी उम्रवाले का आलिंगन करना चाहिए।

(५५)

चुम्बन लेकर छोटे बालकों के प्रति प्रेम प्रदर्शन करना आर्य-

सभ्यता नहीं है। यह पश्चात्य-सभ्यता है। भारतीय सभ्यता बालकों का केवल सिर सूँघने की अनुमति देती है।

(५६)

आपके घर भोजन करनेवाले महाशय को, उसके जूठे पात्र न उठाने दो। या तो खुद आप उठाओ या कोई दूसरा प्रबन्ध करो। अपने अतिथि के जूठे पात्र उठाना धर्म है। यदि आप न उठा सकते हो तो, किसी दूसरे से उठवा दो। परन्तु उस कदापि न उठाने या माजने दो।

(५७)

अपने जूठे पात्र, पत्तल, दोने, फलों के छिलके गुठली वगैरः चीजे जहा तक हो अपने पूज्यवयोवृद्ध और वर्ण तथा विद्या में ज्येष्ठ मनुष्य से उठवाने का विचार भी न करो। यदि कोई विशेष प्रबन्ध न हो तो अपना जूठा खुद फेंको और पात्रों को मांजो।

(५८)

अपने परदेशी सम्बन्धियों को मित्रों को और माननीय व्यक्तियों को जब वे आप से विदा हो तो उन्हें थोडी दूर तक अपने गाँव से बाहर पहुचाने के लिए जाना चाहिए। इसी प्रकार यदि उनके आगमन की सूचना प्राप्त हो जावे तो आगे जाकर सम्मान-पूर्वक अपने घर लाना चाहिए, ताकि उन्हें जरा-सा भी कष्ट अनुभव न हो।

(५९)

अपने घर आए व्यक्ति से अवश्य वार्त्तालाप करो। यदि बातचीत के लिए कोई विषय न हो तो, कुशल समाचार तथा ऐसी ही इधर-उधर की बातें करने लगो। जल, भोजन आदि के लिए प्रश्न करना

चाहिए। ऐसा न हो कि आप उससे बोले ही नहीं और वह बुरा मान जावे।

(६०)

ऋषि, मुनि, सन्यासी, तपस्वी, महात्मा आदि यदि आपके घर आवें तो, उनके चरणो को जल से धोकर अपने मस्तक से लगाना, घर मे छिड़काना, उनकी प्रदक्षिणा, आरती करना, परोपकारार्थ उनके चरणों मे द्रव्य भेंट करना इत्यादि भारत की प्राचीनतम सभ्यता है। यह विधान अत्यन्त पूजनीय महापुरुषो के लिए है। सच्चे ऋषि मुनियो का ही आदर इस प्रकार होना चाहिए। जो ढोंगी, पाखण्डी, स्वार्थी और धूर्त्त मनुष्यों का, ऋषि मुनियो की तरह आदर सत्कार करते हैं, वे मूर्ख है।

(६१)

अपने अध्यापक को अत्यन्त पूज्य दृष्टि से देखना चाहिए। भारतीय-सभ्यता अपने ज्ञानदाता आचार्य का ईश्वरवत् आदर करने का आदेश देती है। वर्तमान पाश्चात्य शिक्षा ने भारतियों के हृदय से गुरु-भक्ति का नामोनिशान मिटा दिया है। यहाँ तो

"गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुरुर्देव महेश्वर ।
गुरु साक्षात्परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नम ॥"

ऐसे उच्च विचार गुरु के प्रति किसी युग मे रखे जाते थे।

(६२)

जिससे एक अक्षर भी सीखा हो, उसका आदर करो। जो लोग इसके विरुद्ध आचरण करते हैं वे नीच हैं, कृतघ्न हैं।

(६३)

लोगों को अपने यहाँ भोजनार्थ बुलाकर उन्हे भोजन करने के लिए बिना कुछ बिछाए जमीन पर बिठाना असभ्यता है। निमन्त्रित व्यक्तियों को अच्छे आसनों पर आदरपूर्वक बिठाओ। भोजन करने के स्थान को सुगन्धित द्रव्य जलाकर सुगन्धमय करदो।

(६४)

जहाँ लोग भोजन कर रहे हों, वहाँ बीड़ी, सिगरेट, हुक्का चिलम पीकर बदबू न फैलाओ। वहाँ गन्दा धुआँ उड़ाना असभ्यता है।

(६५)

किसीके नामोच्चारण के पूर्व, श्रीयुत, श्रीमान, पंडितजी, सेठजी, ठाकुरसाहब, महाशय आदि योग्य शब्द लगाना चाहिए। नाम के अन्त मे "जी" शब्द जरूर लगा देना चाहिए। अपने से छोटों के नाम के साथ "जी" न लगा कर आरम्भ मे भाई, चिरंजीवि आदि शब्दों का प्रयोग करना चाहिए। जिनका आप, नामोच्चारण करना असभ्यता समझते हों उनके पद, उपनाम आदि से सम्बोधित करो। जैसे मिश्रजी, चौबेजी, वर्माजी, गाधीजी, इत्यादि।

(६६)

यदि किसीका नाम मालूम करना हो तो "आपका नाम क्या है?" इस तरह पूछना असभ्यता है। नाम पूछने के लिए "श्रीमान का शुभ नाम?" "इस्मशरीफ?" "आपका इस्ममुबारक?" आदि आलङ्कारिक वाक्यों का प्रयोग करना चाहिए।

(६७)

अपना नाम बताते समय "इस शरीर का नाम" "आपके सेवक का नाम" इत्यादि वाक्य लगाकर अपना नामोच्चारण करना चाहिए। अथवा "मुझे (नाम) कहते हैं।" कभी अपने नाम के आगे पीछे सम्मान सूचक शब्द स्वयं न लगाओ। हमेशा अपना छोटा-सा नाम बताओ। अपने नाम के साथ "जी' "पंडित" "साहब" आदि लगाना मूर्खता का चिह्न है।

(६८)

जिन्हें आप पूज्य दृष्टि से देखते हो, उन्हें किसी प्रकार का थोड़ा बोझा लेकर भी मत चलने दो। उनका बोझ उनके इन्कार करते रहने पर भी आप उनसे लेलो। इसी प्रकार यदि आपके किसी मित्र के पास बोझा हो और आप खाली हाथों हो तो उसे बंटालो।

(६९)

गृहस्थ को चाहिए कि, सध्या समय अपने घर आए हुए व्यक्ति का अच्छी तरह आतिथ्य करे। उसके सोने बैठने तथा भोजन आदि का भी यथाशक्ति प्रबन्ध कर दो।

(७०)

आज कल लोग घर आए हुए को सत्कार प्रदर्शनार्थ उसे मादक पदार्थ जैसे चाय, तम्बाकू, बीड़ी, सिगरेट, कसूंबा, शराब आदि देते है। यह आसुरी सभ्यता है। पाश्चात्य संसर्ग से ही अथवा मूर्खता के कारण ही ऐसी सत्कार-प्रथाएं प्रचलित हो गई है।

(७०)

अतिथि सत्कार के समय निम्न बातों का ध्यान रखो। यह हमारे देश की अति प्राचीन सभ्यता है। लोगों ने इसे भुला दिया है और केवल देव प्रतिमाओं की पूजा में इसे जोड़ दिया है—

आवाहन—आगन्तुक महाशय को, आइए पधारिए, आदि कहा कर स्वागत करना।

आसन—बैठने के लिए आसन देना।

पाद्य, अर्घ्य—पैर, हाथ धोने के लिए पवित्र एवं उत्तम जल देना।

आचमन- बाद में कुछ पेय पदार्थ, जल दूध आदि देना।

स्नान—स्नान के लिए जल देना। स्नान कराना।

वस्त्र—धोती वगैर वस्त्र बांधने को देना।

यज्ञोपवीत—नवीन जनेऊ पहनने को देना।

चन्दन—सुगन्धित द्रव्य चन्दनादि लेपन करना।

अक्षत—खूबसूरती के लिए गन्ध में चावल वगैरा चिपकाना।

पुष्प—फूलमाला, पुष्प, गुलदस्ता वगैर देना।

धूप—सुगन्धित द्रव्य जलाना, जिससे अतिथि का मन प्रसन्न हो।

दीप—यदि सन्ध्या समय हो तो दीपक जलाना।

नैवेद्य—भोजन कराना।

ताम्बूल—पान का बीड़ा देना।

यह षोडशोपचार नामक विधि भारतीय आतिथ्य की प्राचीन प्रथा है।

१२

पढ़ना-लिखना

"भारतीय प्राचीन सभ्यता का आधार अधिकतर आन्तरिक तथा आत्मिक होने के कारण उसमें ऐहिक तथा, पारलौकिक-उन्नति के लिए योग्य मेल था। शारीरिक, मानसिक, आत्मिक, वैज्ञानिक, पारिवारिक, सामाजिक, राष्ट्रीय सब प्रकार की उन्नति उसके अन्तर्गत थी।"

डा० जेम्सक जिन

(१)

लिखते हुए व्यक्ति की आज्ञा प्राप्त किये बिना उसका लिखा हुआ, पढ़ने की कोशिश भूल कर भी न करो। बहुत से लोग इस हरकत से बाज नहीं आते। ऐसे लोगों को बिलकुल असभ्य कहना चाहिए।

(२)

यदि कोई मनुष्य लिख पढ़ रहा हो तो, उसके पीछे, खड़े रहकर चुपचाप पढ़ने की चेष्टा करना अनुचित है।

(३)

यदि दृष्टि मे किसी प्रकार का दोष नहीं है तो, बिलकुल आँखो के पास कागज को लेजा कर पढना या लिखना बुरी बात है।

(४)

कई लोगों की आदत होती है कि, पेन्सिल से लिखते समय उसकी नोक को मुह मे लेकर थूक लगाते हैं। ऐसा करने से अक्षर कुछ अधिक काले हो जाते है किन्तु यह आदत ठीक नहीं है। कोमल (Soft) पेन्सिल से बिना थूक लगाए ही अच्छा लिखा जा सकता है। पवित्रता की दृष्टि से भी पेन्सिल को मुह मे लेना ठीक नहीं है। क्योंकि पेन्सिल मे सरेस लगता है, जो एक निकृष्ट चीज है और यह भी सभव है कि पेन्सिल को किसी दूसरे ने भी मुह मे ली हो।

(५)

कई घिनौने बालक, अपनी स्लेट (Slate) पट्टी पर लिखे अक्षरो को थूक लगाकर साफ करते है, यह आदत बहुत ही बुरी है।

(६)

लिखते समय कलम और हाथ स्याही मे लतपत न करो। इतनी होशियारी से लिखना चाहिए कि, कलम ऊपर तक स्याही से सराबोर न हो और हाथ को स्याही का जरा भी दाग न लगने पावे।

(७)

कलम मे स्याही उतनी ही भरो कि छींट कर कम न करना पड़े। कलम मे खूब स्याही भर कर, इधर उधर फटकार कर, दीवारे या फर्श खराब करना असभ्यता है।

(८)

दावात मे से स्याही लेते वक्त, कलम को उसमे जोर जोर से मत पटको। बल्कि इतने आहिस्ता कलम डुबोओ कि आवाज न हो।

(९)

लिखते वक्त इस बात का खूब ध्यान रखो कि, बदन पर, कपड़ो पर, और कागज पर स्याही का एक भी छींटा न गिरने पावे।

(१०)

कई लोग कलम साफ करने के लिए उसे अपने बालो मे पोछ लेते है। यह असभ्यता है। स्याही मे एक प्रकार की बदबू होती है, इसके अलावा यदि बाल बड़े न हुए तो चमड़ी पर स्याही के निशान लग जाते है। बालों मे यदि तेल हुआ तो कलम चिकनी हो जाती है, जिससे लिखने मे बड़ी तकलीफ होती है।

(११)

कई लोगो की आदत होती है कि हाथ मे कलम आते ही कुछ न कुछ लिखना आरंभ कर देते है। जो चीज सामने आई उसी पर लिखना आरंभ हो जाता है। धीरे धीरे यह मर्ज इतना बढ जाता है कि फिर अच्छे-अच्छे कागज और पुस्तकों पर भी लिख देने मे जरा देर नहीं करते। यह असभ्यता है।

(१२)

इसी तरह कुछ लोगो की आदत होती है कि कैंची हाथ मे आते ही उसे चलाने लगते है। जो कुछ सामने आया उसी पर हाथ साफ किया। ठाले बैठ कागज ही काटा करते है यह बुरा है।

(३१)

प्रायः देखा गया है कि असभ्य लोग छपी हुई पुस्तकों मे भी चाहे जो अण्ट-शण्ट बातें लिख मारते है। पुस्तकें पढ़ने के लिए हैं न कि लिखने के लिए। अपनी या दूसरे की पुस्तक पर कुछ भी न लिखो। इसी प्रकार समाचार पत्रो और मासिक-पत्रो पर भी कुछ नहीं लिखना चाहिए। दूसरे से मांग कर, पढ़ने के लिए लाई हुई चीजो का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

(१४)

जब किसीको कोई बात सुनानी हो तभी बोलकर पढना चाहिए, अन्यथा चुपचाप मन ही मन पढना ठीक है।

(१५)

बहुत से लोग पुस्तक बाँचते समय बोलते तो नहीं, परन्तु होठ हिलाते है। आँखे वगरा चलाकर इशारे और भाव भगी भी करते है, यह आदत बुरी है।

(१६)

बिना आज्ञा-प्राप्त किए, किसी के पत्र-व्यवहार को जानने या पढने की इच्छा करना बहुत ही बुरा है। किसी के दफ्तर मे जाकर वहाँ के कागज पत्रो को पढने की चेष्टा करना असभ्यता है। जब कि आपका उन कागज पत्रो से कोई सम्बन्ध ही नहीं तब पढने का प्रयत्न भी क्यों किया जाय ? माना कि आप दफ्तर के कर्मचारी के अथवा मालिक के सम्बन्धी है या मित्र है, किन्तु दफ्तर की कार्यवाही को जानने की चेष्टा का नाम सम्बन्ध या मित्रता नहीं है।

(१७)

साप्ताहिक अथवा मासिक पत्रो को गोल मोल घडी करके या तोड-मरोड कर जेब मे या हाथ मे रखने का ढंग बहुत ही बुरा है। ऐसा करने से वे खराब हो जाते है। थोड़े ही समय मे मरे हुए पक्षी के पंखों की तरह कागज अस्त व्यस्त होकर बिखर जाते है।

(१८)

पुस्तकों पर बैठना अनुचित है। उनको पैर मे न झुलाओ, और उनके पृष्ठ न मुडने दो।

(१९)

जो बात दूसरों के लिए लिखो उसमे पढनेवालो की सुविधा का भी ध्यान रखो। अक्षर साफ और शुद्ध लिखो ताकि पढनेवालो को किसी प्रकार का कष्ट न हो। बहुत जल्दी-जल्दी और न पढे जाने-वाले अक्षरों के लिखने मे पाण्डित्य न मान बैठो। हमेशा यह ध्यान रखो कि अक्षर साफ सुथरे सुवाच्य और शुद्ध हो। पत्र व्यवहार मे विशेष ध्यान रखो।

(२०)

किसी दूसरे की पुस्तक यदि आप मांगकर पढने के लिए लाए है तो उस पर अपना नाम अथवा और कोई बात न लिखो। यहाँ तक कि आप पुस्तक के मालिक का नाम लिखने तक की कृपा न करे। पुस्तक मैली न होने दो, पृष्ठों के कोने न मुडने दो।

(२१)

पुस्तकें अथवा दूसरी पाठ्य सामग्री ऐसी जगह न रखो जहाँ से उन्हे बालक उठाकर खराब कर सकें।

(२२)

पाठशाला मे, पढने लिखने के अतिरिक्त, खेलकूद, लडाई झगडा, मारकूट, घूमामस्ती, वगैर अन्य कार्य न करो। हमेशा इस बात को ध्यान मे रखो कि पढने के समय पढो, और खेलने के समय खेलो।

(२३)

जिस किसी से पुस्तक पढने के लिए, माँगकर लाए हो उसे पढ कर तुरन्त लौटा दो। इस बात की राह न देखो कि बिना माँगे पुस्तक न लौटाई जाय।

(२४)

अगर आपको पुस्तके पढने का समय नही मिलता तो, माँग-माँग कर पुस्तके घर मे ढेरकर लेना अनुचित है पढने का अवकाश न हो तो बिना पढे ही पुस्तक लौटा दो। रखकर न बैठ जाओ।

(२५)

माँगकर लाई हुई दूसरों को पुस्तक को हडप जाना, या उसका रूप रग बदलकर अपनी बना बैठना कमीनापन है।

(२६)

यदि कोई व्यक्ति लिख पढ रहा हो तो, उसके पास बैठकर किसी पुस्तक को जोर-जोर से बोलकर पढना, या बातचीत करना अनुचित है।

(२७)

पुस्तकालय या वाचनालय मे जाकर पुस्तक अथवा समाचार पत्र जोर से पढना बुरी बात है।

(२८)

पढते लिखते व्यक्ति से, बातें करना या ऐसा कोई काम करना जिससे उसके कार्य में विघ्न पडे—अथवा ध्यान भग हो जाय, अत्यन्त बेहूदापन है।

(२९)

किसी के गुप्त कागज पत्र को, उसके स्वामी की आंख बचाकर, चोरी से पढ़ने का प्रयत्न करना मूर्खों का काम है।

(३०)

धर्म पुस्तकों को पैर लगाना, जमीन पर रखना, अपवित्र दशा में छूना और उनके पृष्ठ लौटते समय थूक लगाना अनुचित है।

(३१)

पुस्तकों के पृष्ठों को, थूक लगाकर पलटने की आदत न डालो। यह घिनौनी आदत है। इसके लिए स्पन्ज (Sponge) या पानी में भीगी हुई कपड़े की गीली गद्दी अथवा नमदा काम में लाया जा सकता है। पृष्ठ लौटने के लिए जब पानी की जरूरत हो तो इन पर अंगुली लगाकर पृष्ठ लौटो।

१३

स्त्रियों के साथ व्यवहार

'यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवता ।
यत्रतास्तु न पूज्यन्ते सर्वास्तत्राफलाक्रिया ।'

—मनु

(१)

यदि स्त्रियां आसपास हों और आपको उस समय खांसी आती हो या कण्ठ में कफ हो तो उस समय खांसना-खखारना जैसे तैसे रोकलो। यदि न हो सके तो आड़ में जाकर खांसो या इस तरह से खांसो कि स्त्रियों का ध्यान आपकी ओर आकर्षित न हो।

(२)

यदि कहां स्त्रियां बैठी हों तो पुरुष को वहां चुपचाप नहीं जाना चाहिए। यदि वहां जाना हो तो ऐसा कोई शब्द करके आगे बढ़ो कि उन्हें तुम्हारा आना पहले से ही मालूम होजावे।

(३)

स्त्रियों की ओर देखकर पुरुषों को अपना मुंह किसी दूसरी ओर कर लेना चाहिए। उन्हें टकटकी लगाकर, घूरकर देखना असभ्यता है। यदि इत्तफाक से चार आंखे होजावें तो तत्काल अपनी दृष्टि नीची करलो।

(४)

स्त्रियो के साथ बातचीत करते समय पुरुषों को अपनी दृष्टि नीची रखनी चाहिए। आवश्यकता पड़ने पर देखकर फिर नीची नजर कर लेनी चाहिए।

(५)

कन्याओं को बहिन या बेटी, युवतियों को बाई, बहिन या देवी, श्रीमती, महाशया, और वृद्धा स्त्रियों को माता, माजी, आदि कहकर सम्बोधन करो।

(६)

जो स्त्री आपको देखकर लज्जा प्रकट करे, उसके सामने ज्यादा घूमना फिरना, उससे अकारण ही बातचीत करना, या उसकी ओर देखना असभ्यता है।

(७)

जहाँ पर औरतें हों, वहाँ गाना बजाना नाचना, ताली पीटना, सीटी लगाना चुटकियाँ बजाना भले आदमियों का काम नहीं है।

(८)

जहाँ औरतें रहती हों, उस जगह व्यर्थ ही ठहरना, घूमना फिरना और बारबार उधर आना जाना ठीक नहीं है।

(९)

जहाँ स्त्रियाँ हों, वहाँ बिना किसी कारण विशेष के लँगोट बाँध-कर या और किसी रूप मे कम वस्त्र पहिन कर नंगे शरीर घूमना असभ्यता है।

(१०)

जहाँ स्त्रियाँ हों वहाँ पुरुषो को आपस मे भी हँसी मजाक नहीं करनी चाहिए। यही बात स्त्रियो के लिए भी है। कई असभ्य जातियों म विवाह के समय स्त्रियों से हँसी मजाक होता है, यह बहुत ही बुरी बात है। परस्त्री से हसी दिल्लगी करना अधम मनोवृत्ति का सूचक है।

(११)

किसी पुरुष से आपका भले ही कितना भी प्रेम क्यों न हो, किन्तु उसकी पत्नी के पास एकान्त मे अत्यंत पवित्र भावो को लेकर भी कभी न रहो।

(१२)

पराई स्त्री को अपनी माता के समान, पराए द्रव्य को धूल के समान और प्राणीमात्र को अपने समान समझो।

"मातृवत् परदारेषु परद्रव्येषु लोष्ठवत्।
आत्मवत् सर्वभूतेषु य पश्यति स पण्डित ॥"

(१३)

औरतों से लडाई झगडा करना, वादविवाद करना या उन्हे मारने को हाथ उठाना असभ्यता है। स्त्री जाति को सदैव इज्जत करो। क्योंकिः—

"यत्रनार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवता।"

(१४)

अपनी स्त्री को कभी नहीं मारना पीटना चाहिए। स्त्री के साथ ऐसा उत्तम व्यवहार रखो कि यह अवसर ही नहीं आने पावे। स्त्रियों पर हाथ उठाने वाला 'मर्द' नहीं कहा जा सकता। जहाँ स्त्रियों के साथ अच्छा व्यवहार होता है वहीं सुख शान्ति और आनन्द निवास करते हैं।

"सन्तुष्टो भार्ययाभर्त्ता भर्त्राभार्यातथैवच।
यस्मिन्नेव कुलेनित्य कल्याण तत्रवै ध्रुवम्।"

(१५)

स्त्रियों को बुरी दृष्टि से देखना, उन्हें कष्ट देना, सताना, ओढ़ने पहिनने को कम या खराब देना नीचता है।

(१६)

स्त्रियों के चरित्र पर कुत्सित भाव प्रकट करना, उनके चरित्र विषयक झूँठी गन्दी बातों का प्रचार करना कमीनापन है।

(१७)

छोटी-छोटी लड़कियों को चाहे जिसके साथ विवाह कर देना। चाहे जैसा वर ढूँढकर उसके साथ विवाह देना। पैसे लेकर किसी भी बुड्ढे के हवाले कन्या कर देना, नितान्त जंगली प्रथा है।

(१८)

कन्या पाठशालाओं के आसपास घूमना अकारण ही पाठशाला में जाना, अध्यापिकाओं से बातचीत करना, पुरुषों के लिए अनुचित है।

(१९)

जहाँ स्त्रियाँ स्नान करती हों, वहाँ न जाओ। ऐसे घाटों पर, जो स्त्रियों के नहाने के लिए नियुक्त हों न जाओ। ऐसे स्थानों के पास से भी न निकलो।

(२०)

नग्न स्त्रियों को देखना, या उन्हें नग्न दशा में देखने की चेष्टा करना पाप है।

(२१)

भिक्षुक स्त्रियों को बुरी तरह मत झिड़को। उन्हें आदरपूर्वक जो आपसे बन सके दो। यदि वे विपद्ग्रस्त हों और किसी विधवाश्रम, अनाथालय, या वनिताश्रम वगैरह में जाकर रहना चाहें तो उन्हें पहुंचा दो। भूलकर मातृजाति का अपमान न करो। बूढ़ी-स्त्रियों को मातृ तुल्य आदर देकर उन्हें अवश्य यथा शक्ति अन्न, जल, वस्त्र आदि दो।

(२२)

विधवाओं के साथ कठोर व्यवहार न करो। उनके साथ अत्यन्त नम्रता एवं सहानुभूति पूर्ण हृदय से व्यवहार करो। जो लोग विधवाओं को अशुभ मान कर उन्हें रात दिन झिड़कते या डाँटते रहते हैं वे मूर्ख अनुचित करते हैं। उन्हें कष्ट देना या उनकी भर्त्सना करना, हमारे कष्टों की खास जड़ है।

१४

नारी-सभ्यता

"भारतीय सभ्यता के अनुसार, स्त्रियाँ मातृरूपा है। हमें उनका सम्मान करना चाहिए।"

—मदनमोहन मालवीय

(१)

स्त्रियों को, दूकानदारी नहीं करनी चाहिए। जवान स्त्रियों का दूकान पर बैठकर लेनदेन करना, और पुरुषों के साथ भाषण करना, अपने आचरण को कलंकित करना है। जो स्त्रियाँ दूकानदारी करती है, लोगो की नजर में उनका चरित्र सन्देह पूर्ण हो जाता है।

(२)

स्त्रियों को चाहिए कि पुरुषों के साथ व्यर्थ ही अनावश्यक बात-चीत न करें। आवश्यकता आ पड़ने पर नीची दृष्टि करके उनसे बोलना चाहिए। और आवश्यकता से अधिक नहीं बोलना चाहिए।

(३)

स्त्रियो को चाहिए कि उच्च स्वर से कभी न बोलें। हमेशा मन्द-स्वर से शान्ति पूर्वक बोलने की आदत डाले। यदि इस बात का ध्यान पिता के घर बचपन मे रखा जाय तो उत्तम हो।

(४)

अपने घर के द्वार मे बैठकर या खडी होकर बातचीत करना अनुचित है, घर के ऐसे द्वार पर जो गली या सडक की ओर हो, स्त्रियो को नहीं बैठना चाहिए। कुछ स्त्रियाँ द्वार में तो बैटती है किन्तु किवाड की ओट कर लेती है यह भी ठीक नहीं है।

(५)

सूर्यास्त के समय या उसके बाद अपने घर के द्वार मे या द्वार के पास, बाहर, स्त्रियो का बैठना या खड़े रहना अनुचित है। ऐसी स्त्रियाँ चरित्रहीन गिनी जाती है।

(६)

बहुतेरी बहिनें, जिनका गोरा रग होता है, सुई वगैर से अग विशेष पर गोदकर उसमे लाल या नीला रग भरकर सदैव सदैव के लिए चिह्न बना लेती है। ऐसा वे खूबसूरत बनने के लिए करती है। यह ठीक नहीं है। यह जंगली प्रथा है। ठोडी, गाल, कनपटी पर तथा हाथ पैरो पर गुदने गुदाना जगलीपन प्रकट करना है।

(७)

जो स्त्रियाँ अधिक जेवर पहिनती है वे असभ्य मानी जाती है। अनाप शनाप जेवरों को अपने शरीर पर लादना अनुचित है। जेवर

पहनना ठीक नहीं है। स्त्रियों का भूषण तो उनका शील एवं उत्तम चरित्र है।

(८)

कानों मे बहुतेरे छेद कराके उनमे बालियाँ तथा दूसरे जेवर पहनना बेहूदापन है। कई स्त्रियाँ कानो को इतना छिदाती है कि वे चलनी बनजाते है। कर्णाभूषणो के भार से कान बुरी तरह लटकने लगते है जो बदसूरती उत्पन्न करते है।

(९)

कई स्त्रियाँ बहुत ही महीन बारीक वस्त्र ओढना पहनना पसन्द करती है, यह निर्लज्जता सूचक है। घर के बाहर तो कुलीन स्त्री को कदापि ऐसे वस्त्र नहीं पहनना चाहिए। कई स्त्रियां महीन धोती बांधकर मर्दों के सामने स्नान करती है, ऐसी स्त्रियों के प्रति समाज के विचार बडे ही घृणित हो जाते है।

(१०)

स्त्रियो को उचित है कि अपने पति के सो जाने के बाद सोवे और उठने के पहिले उठे। पति से पूर्व ही नहीं बल्कि घर के सभी पुरुषो से पहले सोकर उठ जाना चाहिए। लोगो के उठजाने के बाद तक शय्या पर पड़े रहना लज्जा की बात है।

(११)

अपने घर के लोगो के साथ बनावटी शर्म दिखाना, घूघट निकालना, पर्दा करना और बाहरी लोगो से खुल्लमखुल्ला निधड़क हँस हँसकर बाते करना, स्त्रियो के शील मे सन्देह उत्पन्न करता है। लज्जा वही है जो बाहर भीतर समान हो।

(१२)

स्त्रियाँ यदि अपने नाते रिश्तेदारों से लज्जा प्रदर्शनार्थ पर्दा करती हैं तो उन्हें, धोबी, भंगी चूड़ीवाले, गोटेवाले, और घर के नौकरों से भी लज्जा पूर्वक व्यवहार करना चाहिए। ऐसा न करना लज्जा का ढोंग करना है।

(१३)

औरतों को मार्ग में चलते हुए और ऐसे स्थानों में जहाँ पुरुषों का आवागमन हो—खूब चिल्ला-चिल्लाकर आपस में बातचीत नहीं करनी चाहिए।

(१४)

स्त्रियों को उचित है कि एकान्त में पर पुरुष से बातचीत न करें। यदि ऐसा अवसर भी आजावे तो वहाँ से हटजाना चाहिए। नीति-कारों ने तो तरुणी को एकान्त में अपने भाई तथा पिता से भी मिलना मना किया है।

(१५)

ऐसे खुले स्थानों में जहाँ पुरुषों की दृष्टि जाती हो, स्त्रियों को कभी भी नहीं सोना चाहिए। एकान्त में अदब के साथ सोने का ध्यान सदैव रखना चाहिए।

(१६)

पनघट पर पानी भरने के लिए जाना और वहाँ जोर-जोर से दूसरी स्त्रियों के साथ बातचीत करना, हंसना या लड़ना झगड़ना अनुचित है।

(१७)

जंगल मे—गाँव के बाहर, लकड़ी कण्डे बीनने जाना, और विशेषत· अकेली जाना ठीक नहीं है।

(१८)

जहाँ पुरुषो का समाज हो, वहाँ अकारण यहो स्त्रियो का जाना अनुचित है।

(१९)

कई जातियो मे, नुक्ता विवाह आदि अवसर पर स्त्रियाँ भी भोजनार्थ जाती है। कुछेक नीच-स्वभाववाली स्त्रियाँ भोजन करते समय मिठाई वगैर भी चुराकर घर ले आती है। यह कार्य महा अनुचित है।

(२०)

ऊँचे और अधिक घेरेवाले घाघर (लहँगे) पहनना ठीक नहीं है। कुछ मूर्खा स्त्रियाँ पैरो में खूब ऊपर तक जेवर पहिनती है और उन्हे दिखाने के लिए घाघरा ऊँचा पहिनती है।

(२१)

आँगी (चोली) की खूबसूरती और जेवरा की झलक दिखाने के लिए ऊँचे और ओछे कपड़े पहरना या बारीक वस्त्र धारण करना ओछापन है।

(२२)

कई स्त्रियाँ दाँतों मे छेद कराके सोन की कीलें लगवाती है। कई स्त्रियाँ सोने की या नकली सोने की चोंप दाँतो मे बिठाती है। ये दोनों ही बातें जंगलीपन की सूचक है।

(२३)

कई गवार स्त्रियाँ नित्य अपने बालों को नहीं सँवारतीं। एक रोज धोकर, घी डालकर, गुथकर और आगे के बालों को गोंद वग़ैरः से चिपकाकर १०-१५ दिन का झगड़ा निपटा देती हैं। यह ठीक नहीं है।

(२४)

सिर के आगे के बालो को गोंद से चिपका कर उनपर गोटा, पन्नी वगैरा लगाकर अपनी सजावट करना जंगलीपन है।

(२५)

स्त्रियाँ अपने सामने कपाल पर बालो के साथ गुथकर एक आभूषण धारण करती है, जिसे 'बोर' कहते है। असभ्य स्त्रियाँ इस बोर के चारों ओर मोती लगा-लगाकर उसे २॥ से ३ इंचतक चौडा बना लेती है। दूर से यह दिखने मे बर्रों का छत्ता सा मालूम होता है। मारवाड की स्त्रियों मे या उनके संसग मे रहने वाली स्त्रियों के सिरों मे प्राय ऐसा बोर देखा जाता है सभव है कि स्त्रियाँ और कुछ अनजान लोग इसे अच्छा समझते हो परन्तु वास्तव मे यह एक भद्दा आभूषण है।

(२६)

घूँघट मे से, एक आँख द्वारा, अगुलियो के सहारे कपड़े का एक छिद्र सा बनाकर लोगों को ओर देखना, या बाजार मे देखते हुए चलना अनुचित है। बाजार मे इस तरह शुक्राचार्य का पार्ट करते हुए चलना बेहूदापन है।

(२७)

रात दिन काच मे मुँह देखना और पान चबाते रहना स्त्रियो के लिए दूषण है ।

(२८)

ऐसे स्थानों मे जहाँ लोगों की दृष्टि पड़ती हो, शृंगार करना, बाल संवारना, माँग भरना, काजल आँजना, जेवर पहनना आदि कार्य स्त्रियो को नहीं करना चाहिए ।

(२९)

नाक छेदकर उसमे नथ नामक आभूषण पहनना भी सौभाग्य चिह्न समझा जाता है, परन्तु आभूषणों के पहनने मे तात्पर्य सौन्दर्य वृद्धि है , नाक के इस आभूषण से तो सौन्दर्यवृद्धि के बजाय सौन्दर्य का नाश होता है । यह बात अलग है कि कुछ लोगों की दृष्टि मे, जो सौन्दर्य के सच्चे रूप को नहीं समझते यह आभूषण स्त्रीजाति के सौन्दर्य की वृद्धि करता हो, किन्तु वास्तव मे यह एक भद्दा आभूषण है । यो तो नाक कान छेदना भी असभ्यता है ।

(३०)

स्त्रियो का उघाड़ पेट या छाती बिना ढँके घूमना फिरना बेशर्मी है । अक्सर देखा जाता है कि गजा लम्बे कपड़े का लहगा पहिनने वाली मारवाड़ी स्त्रियो का पेट और छाती का कुछ भाग खुला ही रहता है । ऐसा पहनावा बुरा है ।

(३१)

कलाइयो पर बहुत-सी चूड़ियाँ पहिनना जगली प्रथा है। बहुत-सी

जातियों में औरतें कोहनी से ऊपर भुजा पर भी चूड़ियाँ पहिनती हैं, यह उपहासास्पद असभ्य शृंगार है। इसे कोई भी सभ्य मनुष्य भला नहीं कहेगा। चूड़ियाँ यदि पहनी जावें तो एक-एक या दो-दो काफी हैं।

(३२)

पर पुरुषों से हाथ मिलाना भारतीय स्त्रियों के लिए असभ्यता है।

(३३)

भारत के कई प्रान्तों में स्त्रियाँ चलते फिरते भी गीत गाती हैं। दो चार औरतें इकट्ठी हुईं कि वे चाहे कहीं भी हों गीत गाने लगती हैं। मेले-ठेले में, बाजार में, ताँगों में, मोटरों में रेल में उनका राग शुरू हो ही जाता है। उत्तर भारत के सभी प्रान्तों की स्त्रियाँ और विशेषत. राजपूताने की औरतें खूब गाती हैं। यह ढंग बेहूदा और जगली है।

(३४)

स्त्रियों को कभी भी भद्दे, निरर्थक, व्यर्थ के गीत नहीं गाने चाहिए। देखा जाता है कि राजपूताना, मध्यप्रान्त, मध्यभारत, आदि की रहनेवाली स्त्रियाँ जो गीत गाती हैं वे प्राय जेवर, वस्त्र, मिठाई, पलग, महल, और स्त्री पुरुष के प्रेम विषयक होते हैं। ये गीत कभी कभी इतने भद्दे होते हैं, कि सुनने में भी शर्म आती है। ऐसे गायन गाना नितान्त असभ्यता है।

(३५)

किसी के यहाँ जब कोई मेहमान आता है या कोई उत्सव होता है तो स्त्रियाँ उनके यहाँ जँवाई, गवाने, देवर गवाने जाती हैं, यह

अनुचित है इसी प्रकार विवाह आदि मे गालिया, सीठने गवाए जाते हैं—यह भी बुरा है। क्योंकि गीतों में प्राय ऐसी ही बातों का जिक्र रहता है जो उनके घर की स्त्रियों के मुह से ही शोभा देता है और सार्थक होता है। साथ ही जिन पुरुषों के स्वागत सत्कार मे गीत गवाए जाते है वे गीत गाने वाले सभी स्त्रियों से हंसी मजाक सा करते रहते है। यह असभ्यता है। सभ्य स्त्रियों को उचित है कि ऐसे असभ्य समाज मे भूल कर भी कदम न रखें।

(३६)

स्त्रियों को चाहिए कि, अपने देवर, जवाई और जॅवाई के नाते रिश्तेदार आदि पुरुषों से भी कभी फोश मजाक न करें।

(३७)

घर गृहस्थ के काम से फुर्सत पाने के बाद स्त्रियो को चाहिए कि अपना समय पठन पाठन मे बितावें। अपने छोटे छोटे बच्चों को मोहल्ले के बालकों को और पडोसिनो को पढना लिखना सिखाया करें या उन्हे उपदेश दिया करें। फुर्सत मे गप्पे मारना, दूसरों के घरो को भली बुरी बात करना, लडना झगडना, घर फोडा बातें करना, सोना, जुएँ मारना आदि काम असभ्य स्त्रियो के है।

(३८)

बहुतसी स्त्रियों का पैर घर मे नहीं टिकता। जरासा अवकाश पाते ही वे दूसरों के घर चक्कर लगाती हैं। पराए घरों में स्त्रियों का बेकाम घूमना फिरना अनुचित है।

(३९)

बहुतेरी कन्याएँ तथा माताएं गोबर बटोरती फिरा करती है। यह बुरा है। इस समय को बचाकर यदि किसी दूसरे अच्छे काम मे खर्च किया जाय तो बहुत लाभ हो सकता है। फुर्सत के समय पढ़ना लिखना या चर्खा कातना सबसे उत्तम बात है।

(४०)

स्त्रियों को चाहिए कि कभी मादक द्रव्य सेवन न करें। कई स्त्रियाँ जर्दा तमाखू खाती पीती है, यह बहुत ही बुरी बात है। हुलास—नासिका—सूँघना बुरा है। इसी प्रकार पान मे जर्दा सुरती वगैरः खाना भी ठीक नहीं है। तम्बाकू, चाय, भाग, अफीम, शराब वगैरः बहुत ही घातक पदार्थ है। इनसे सदैव बचना बचाना चाहिए।

समाप्त

सस्ता-साहित्य-मण्डल के

प्रकाशन

१—दिव्य-जीवन ।=)
२—जीवन-साहित्य (दो भाग) १।)
३—तामिलवेद ॥)
४—भारत में व्यसन और व्यभिचार ॥=)
५—सामाजिक कुरीतियाँ (ज़ब्त अप्राप्य ॥)
६—भारत के स्त्री-रत्न (दो भाग १॥-)
७—अनोखा (विक्टर ह्यू गो १।=)
८—ब्रह्मचर्य-विज्ञान ॥=)
९—यूरोप का इतिहास (तीन भाग २)
१०—समाज-विज्ञान १॥)
११—खद्दर का सम्पत्ति-शास्त्र ॥≡)
१२—गोरों का प्रभुत्व ॥=)
१३—(चीन की आवाज) अप्राप्य।-)
१४—दक्षिण अफ्रिका का सत्याग्रह १।)
१५—विजयी बारडोली २)
१६—अनीति की राह पर ।≡)
१७—सीताजी की अग्नि-परीक्षा ।-)
१८—कन्या-शिक्षा ।)
१९—कर्मयोग (अप्राप्य) ।=)
२०—कलवार की करतूत =)
२१—व्यवहारिक सभ्यता ॥)
२२—अँधेरे में उजाला ॥)
२३—स्वामीजी का बलिदान (अप्राप्य) ।-)
२४—हमारे ज़माने की गुलामी (ज़ब्त अप्राप्य) ।)
२५—स्त्री और पुरुष ॥)
२६—घरों की सफ़ाई ।)
२७—क्या करें ? (दो भाग) १॥=)
२८—हाथ की कताई-बुनाई (अप्राप्य) ॥=)
२९—आत्मोपदेश ।)
३०—यथार्थ आदर्श जीवन (अप्राप्य) ॥-)
३१—जब अंग्रेज नहीं आये थे— ।)
३२—गंगा गोविंदसिंह (अप्राप्य)॥=)